

مجلة فصلية - تعنى بشؤون المرأة والأسرة
تصدر عن وحدة الإصدارات / قسم الشؤون الفكرية والثقافية
في العتبة الكاظمية المقدسة

العدد ١٢٠ / السنة الرابعة عشر / ١٤٤٢هـ - ٢٠٢١م

١٤

وهي (زهورُ للجوادين) قد ... تَكللتْ بالحبِ والودً
قد أشرقت أنوارها وانبرت ... تُطلُ من عهدِ إلى عهدِ





مجلة فصلية تعنى بشؤون المرأة والأسرة / تصدر عن وحدة الإصدارات قسم الشؤون الفكرية والثقافية في العتبة الكاظمية المقدسة

العدد ١٢٠ / السنة الرابعة عشر ١٤٤٢هـ - ٢٠٢١م / رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق (١٥١٤) لسنة ٢٠١١م

زورونا www.aljawadain.or راسلونا: (@GofrabAbd12345Bot) (flowers@aljawadain.org)

في هذا العدد













الزهر الزاهر في الروض الطاهر



هناك حقيقة ساطعة لا تحتاج إلى مزيدٍ من الضوء، وهي أننا نعيش وسط منعطفات خطيرة، ونواجه تحديات كبيرة: حيث تنامت وسائل الإفساد، وتنوعت طرق الإغراء، وتلونت سبل الإغواء، وتكاثرت الفتن، وتعاظمت الشبهات، وأُسقطت القدوة في المجتمع، وأضحت التربية مخترقة من قِبل المفسد، وكبر أخطبوط الإعلام القشري وتمكنت سطوته حتى أصبحنا نرى مجساته في شاشة التلفاز، ولوح الحاسبة، والهاتف المحمول.

ولأن التسليم لهذا الحال غير سليم؛ كان ولا بد من تصحيح المسار، عبر إيجاد أدوات وآليات تسهم في صد هذا المد الهائل للإفساد وكسر شوكته، ورسم أدوار إيجابية لأفراد المجتمع بعيداً عن المسارات الهابطة.

وفعلاً تمكن -ولله الحمد- نفر من عشاق الثقافة في العتبة الكاظمية المشرفة من إيجاد كيان يحصن منظومة الأسرة وكيان المرأة بالتحديد من أي دخل أو تسلّل أو عبث أو انحراف، عبر إصدارهم لمجلة زهور الجوادين، قبل أربعة عشرة عاماً، إذ قدر تعالى أن تكون هذه المجلة من أهم الوسائل الثمينة في مجال تأصيل القيم الأخلاقية السامية، وغرس الأفكار السليمة، وتثبيت المفاهيم الرائدة، ونشر المبادئ الرصينة التي دعا إليها أئمة أهل البيت (عليهم السلام) والتي ما إن عرفها المجتمع وامتثل لها واقتفى أثرها وذاب في معانيها واستثمرها بشكل كلي وترجمها سلوكاً وجسدها عملاً، طاب عيشه واستقام أمره ونجح مسعاه وتحقق مناه وسعد أفراده في الدنيا والآخرة.

والحق يقال إن هذا المشروع الثقافي الأغر صاحب السنين الأربع عشرة كان له قدم السبق على سواه في قيادة عجلة الأسرة، بعد التحرر من طوق الوحشية الصدامية، عبر تقديم إعلام موضوعي يعزز من شأن المرأة ويرتقي بها ويرفع من إمكانية نهوضها النوعي والمعنوي، وما تزال مجلة زهور الجوادين تعمق الحركة وترسخ الخطى أملاً بتحقيق الذات ومؤازرة الآخر لا إلغائه أو مصادرته، ليكون هذا المشروع الثقافي مصداقاً لعبق الحرائر، وصوتاً للمرأة الرسالية التي تستوحي ميسمها من الزهراء (عليها السلام) عبر العصور، من أجل هذا كله يستحق أن يقال فيه ما قاله ابن مالك في ألفيته:

وهو بسبق حائز تفضيلا ... مستوجب ثنائي الجميلا

فطوبى لمن أسهم في تنمية هذا الغرس المبارك الذي أخذ ساعده يشتد ويقوى يوماً بعد آخر وأعطى ثماراً يانعة، حتى أضحى اليوم بستاناً وارف الظلال يفيء على من عمل وبذل جهده فيه بكل إخلاص وتفانٍ، وفي الختام أدامكم الله تعالى لزهورنا زهوراً عبقة مزهرة في كل عام.

سكرتير التحرير



صوم الحامل والـمرضع

www.sistani.org



السؤال: بالنسبة للمرأة الحامل إذا كان جنينها يتضرر بالصوم، فما حكمها؟ وهل عليها قضاء أو كفارة؟

الجواب: الحامل المقرب (في شهري الثامن أو التاسع) إذا خافت الضرر على نفسها، أو على جنينها جاز لها الإفطار ـ بل قد يجب كما إذا كان الصوم مستلزماً للإضرار المحرم بأحدهما ـ ويجب عليها القضاء بعد ذلك، كما تجب عليها الكفارة أيضاً، ويكفي في الكفارة إعطاء الفقير (٧٥٠ غراما) من الحنطة أو دقيقها بل يجزي مطلق الطعام حتى الخبز أو المعكرونة ايضاً.

وأما الحامل غير المقرب (من الشهر الأول إلى نهاية الشهر السابع) فإن كان الصوم يضر بها أو بجنينها أو كان موجباً لوقوعها في الحرج الذي لا يتحمل عادة، فيجوز لها الإفطار، ويجب القضاء، ولا تجب عليها الكفارة.

وفي الموردين فإن أخرت القضاء إلى شهر رمضان المقبل لعذر آخر كالرضاع، فعليها دفع كفارة أخرى لتأخير القضاء على الأحوط وجوباً.

السؤال: ما حكم المرأة الحامل التي لم تصم شهر رمضان بسبب ضعف البدن ونصيحة الطبيب بعدم الصوم علماً أنها كانت في الشهر الرابع ولم تصم لحد الآن، وما هو الحكم إن جاء شهر رمضان الآتي ولم تصم حيث إنها ستكون مرضعاً خلال الشهر القادم؟

الجواب: يجب عليها القضاء اذا تمكنّت وكذا يجب عليها الكفارة بإعطاء ٧٥٠ غراماً من الحنطة أو الخبز ونحوهما للفقير عن كل يوم.

السؤال: هل يجوز للحامل أو المرضع التي يضر الصوم بها وبحملها أن تخرج الفدية فوراً قبل شهر رمضان؟

الجواب: لا يجزي إخراجها إلا بعد استمرار الحمل وبعد اليوم الذي أفطرت فيه.

السؤال: هل يجوز صيام المرأة الحامل وهي في الشهور الأخيرة من الحمل؟ علماً أنها لا تعاني من ضعف في حال صيامها؟

الجواب: لا مانع منه إذا لم تشعر بضرر بليغ أو خطر على نفسها أو جنينها ولم يحذرها الأطباء من ذلك.

السؤال: امرأة حامل في الشهر السابع وعلماً أنها تراجع الطبيب وعندها مواعيد للتحليل في يوم ٢١ من شهر رمضان وأعطاها الطبيب دواء تشربه قبل التحليل، هل إنها تفطر؟

الجواب: يجب تغيير الموعد وإن كان صعباً، فإن لم يتيسر وكان التحليل ضرورياً أفطرت وقضت. وبإمكانها أن تسافر وتفطر فلا يجب تغيير الموعد حينئذ.

السؤال: إني وضعت في ٢٣ شعبان وصمت شهر رمضان كله فهل الصيام صحيح مع العلم إني أكون طاهرة قبل صلاة الفجر أم علي أصوم شهراً مرة أخرى؟

الجواب: تحتسبين مقدار عادتكِ في الحيض منذ الولادة حيضاً والباقي استحاضة، فلو كانت عادتكِ في الحيض سبعة أيام فحتى اليوم الأول من الشهر المبارك كنت نفساء، وبعده يكون صومك صحيحاً وإن استمر نزول الدم عليكِ، نعم بعد مضي عشرة أيام على صيامكِ أي يوم الثاني عشر من شهر رمضان فما بعده إذا صادف يوم عادتكِ في الحيض وكان الدم مستمراً بنزوله، فعليكِ ترك الصوم للحيض وعلى أي حال ففي الأيام التي كان عليكِ أن تتركي العبادة حسب التفصيل الذي ذكرناه عليك قضاء الصوم فيها.

السؤال: هل يجب على المرضعة صيام شهر رمضان بأكمله، وإذا لم تستطع فما هو الحكم الشرعي عليها؟

الجواب: المرضع القليلة اللبن إذا خافت الضرر على نفسها، أو على الطفل الرضيع جاز لها الإفطار، ويجب عليها القضاء بعد ذلك كما تجب عليها الكفارة أيضاً، ويكفي في الكفارة إعطاء الفقير (٧٥٠ غرام) من الحنطة أو دقيقها بل يجزي مطلق الطعام حتى الخبز أو المعكرونة ايضاً.

ولا فرق في المرضع بين الأم والمستأجرة والمتبرعة ـ والأحوط لزوماً ـ الاقتصار في ذلك على ما إذا انحصر الإرضاع بها (بأن لم يكن هناك طريق آخر لإرضاع الطفل ولو بالتبعيض من دون مانع وإن كان هو الضرر الذي يلحق الطفل من الرضعة الصناعية حتى بمثل امتناعه من شرب حليب الأم بعد ذلك) وإلا لا يجوز لها الإفطار.

السؤال: هل يجوز للمرأة أن تفطر في شهر رمضان لترضع ابنها مع موجود بديل (معاون) للإرضاع، كما هو الحال في الحليب المجفف المستعمل في إرضاع الاطفال؟

الجواب: لا يجوز على الاحوط.



القائمة الخاصة!

رجاء محمد بيطار/ لبنان

بوادر الشهر تهلّ، وهلال الصيام يطلّ...

لست أذكر ماذا كانت ردة فعلي في العام الماضي على خبر ثبوت الهلال، فأنا في كلّ عام أجدني مختلفةً عن الذي سبقه، وأرجو من الله أن يكون اختلافي دائمًا نحو الأفضل...

على أن الخبر في هذا العام حمل إليّ معانيَ شتّى، ومشاعر متناقضة؛ فالصيام فريضةٌ واجبةٌ مرهقةٌ تمنع البطن عن الطعام واللسان عن الكلام والعين عن المنام، وهي في الوقت نفسه رائعة، فأجواء الإفطار والسحور تغمرني بالبهجة، فأشتاقها وأحتفي بقدوم الشهر، ربما لهذا السبب أكثر من أي سببٍ آخر، وأخجل أن أقول، أن مستحبّات هذا الشهر كثيرة، لدرجة أنني أشعر بالتقصير قبل أن أبدأ بها، خشية أن أكون دون المستوى المطلوب...

لاحظ أبي شرودي حينما نقل إلينا الخبر، وتنهّدي بين الحين والآخر، فأقبل عليّ معلّقًا:

– أراك مهمومة!

التفتّ إليه محرجة، وأجبته أن الدروس كثيرة، وأن المعلمين لا يراعون الصيام عادةً، فيزداد العبء علينا ونحن تلاميذ، فتبسّم قائلًا:

– لا عليكِ، لا تستبقي الأمور، حينما تجدين ضغطًا في الدرس أخبريني، وأنا أعالج الأمر مع إدارة المدرسة!

لم تتغيّر معالم وجهي، فعلم أبي أن الهمّ ليس همّ الدرس، فطلب مني أن أساعد والدتي في تحضير قائمة الأطعمة الرمضانية التي تحضّرها...

قمت منشرحة، وقد أعجبتني الفكرة، فمن دواعي سروري هي المشاركة بهذه الأمور، ورحتُ أفكّر في كلّ ما لذّ وطاب من أطعمتي المفضّلة، لأدسّها في قائمة أمي، ودخلت زينب على الخطّ، فأتحفتنا ببضع أسماءٍ من مأكولاتها الغريبة، التي استقبلتها أمي بكلّ رحابة صدر...

الليلة أول سحور رمضانيّ... ذهبت أفكاري باتجاه المعجّنات اللذيذة التي تنتظرنا، ولكن والدي ناداني من جديد، وسألني:

– هل أعددت قائمتك الخاصة؟!

– لا قائمة خاصة لديّ يا أبي، فأنا آكل كل ما تطبخه أمي، ولديّ بعض الاقتراحات الصغيرة!

كان جوابي متواضعًا ومستدرًّا للاستحسان، الذي لم يبخل به والدي، في خضمّ تعليقات زينب الاستفزازية، التي لم أعرها التفاتًا، ولكنه عاد يقول مصحّحًا:

– لم أقصد قائمة الطعام، بل قائمةً من نوعٍ آخر!

صفّقت زينب بيديها الصغيرتين وهي ترى حيرتي، وجلست على طرف الأريكة المقابلة ترمقني وتراقبني؛ بمَ أجيب...

عاد الهمّ إلى وجهي مع سؤال والدي، قبل أن أدرك أنه قد قرأ ملامحي وفهم كلّ شيء، وأجبت بهمس:

– لم أعدّها بعد!

أقبل نحوي ليجلس بقربي ويضع يده على عاتقي، فتهجم علينا زينب لتحتلّ حضنه، فيحتضنها وهو يسأل سؤالًا مفاجئًا:

– هل تأكلين بعد الصيام أكثر من حاجتك؟

– طبعًا لا!

– هل تأكلين ما لا تشتهين؟

– طبعًا لا، ولكن لماذا هذه الأسئلة كلّها يا أبي؟... إن إجاباتها معروفة!

تراجع في الأريكة مرتاحًا وقد رسم على وجهه الطيّب بسمته المعهودة، وأجاب:

– لأن القائمة التي أتحدّث عنها تتضمّن شبه هذا؛ فليس مطلوبًا منك أن تقومي بما يفوق قدرتك من أعمال، ولا بما لا تشتهيه نفسك منها، وهكذا لا تشعرين بالهمّ ولا بالتّقصير، بل تجدين متعةً في أدائها، تمامًا كما تستمتعين بالطعام بعد الصيام، وربما أكثر... ألم نصم عن كل هذه الأعمال عامًا كاملاً، وها نحن سنفطر عليها الآن؟!

انشرح صدري لحديثه، وتطلّق وجهي، وأقبلت عليه أطبع على خدّه قبلة، وعلى يده أخرى، وأعرّج على زينب فأقبّلها وأمرّر يدي على شعرها فأتلاعب به، وأتلقّى اعتراضها وصراخها بالعناق، فتستكين لي وندخل معًا غرفتنا وأنا أقول:

– ألف شكرٍ لك يا أبي، سأجهّز قائمتي الآن، ولن أنسَى أن أذيّلها بالدعاء لوالدي الحبيب، الذي أذهب عني الكدر والهمّ، وأرشدني سواء السبيل.

لزهور الجوادين صرحٌ في قلوب الـمحبين



أ.د. حيدر حسن جليل الشمري
رئيس ديوان الوقف الشيعي والأمين العام للعتبة الكاظمية المقدسة

بأسمى آيات التقدير والثناء الجميل أبارك لكم إيقاد الشمعة الرابعة عشرة لتأسيس مجلتكم الغرّاء (زهور الجوادين) ويسرّني أن أهنئ الأسرة القائمة على إصدارها وأحَيِّي جهودهم الطيبة في إيصال هذا الإصدار المبارك بحلةٍ جميلةٍ إلى القارئات الكريمات ليكون منهلاً روياً لهن.. مع الإشارة إلى أن بناتنا في عائلة المجلة هنّ في الحقيقة زهورها ورياحينها في جنة موسى والجواد عليهما السلام وهذا يُشعرهنّ بحجم المسؤولية ويعطي زخماً إضافياً نحو الارتقاء والمزيد من العطاء بما يتناسب وقداسة هذا المكان الطاهر.. داعياً للجميع بالتوفيق والسداد في خدمة الكلمة الصادقة والرسالة المحمدية ونشر فكر أهل البيت عليهم السلام.





الـمهندس سعد الحجية
نائب الأمين العام للعتبة الكاظمية الـمقدسة

عامٌ بعد عام، ومجلة زهور الجوادين تنثر عطر زهورها الممزوج بمعرفة آل النبي محمد صلى الله عليه وآله وحبهم لتنير الدرب إلى المرأة المسلمة سواء كانت (أمّاً، زوجةً، أختاً، بنتاً) وتحصينها بتعاليم الدين الحنيف والقيم الإنسانية الرفيعة.



الـمهندس جلال علي محمد
عضو مجلس إدارة العتبة الكاظمية الـمقدسة

عندما نضيء الشمعة الرابعة عشرة سنتفاءل بهذا الرقم لدلالتهِ على عدد المعصومين عليهم السلام، ومن هذا التفاؤل أدعو الله عز وجل أن يجعلكم من الذين يحيون أمر محمد وآل محمدٍ، ومن الذين يُعلمون الناس محاسن كلام أهل البيت عليهم السلام ليكون لكم سهماً في اتباع الناس لهم.. وهو شرفٌ ما بعده شرف لأنكم جعلتم أقلامكم جنوداً مجندة لنشر الحق والفضيلة..وبهذا تدخلون السرور على قلب الإمام صاحب العصر والزمان عجل الله فرجه. فمُبارك لكم هذا الإحياء وهذا الجهد وكل عام ومجلتكم وأسرتها في ألقٍ متجدد ودائم تحت خيمة الإمامين الكاظمين الجوادين عليهما السلام.





الـمهندس قاسم علي كشكول
عضو مجلس إدارة العتبة الكاظمية الـمقدسة

بمناسبة ايقاد الشمعة الرابعة عشر من عمر مجلة زهور الجوادين، أبارك لكم هذا الجهد الإعلامي التربوي الهادف والذي من شأنه النهوض بواقع المرأة المسلمة والرقي نحو أسرة سعيدة تستضيء بنهج محمد وآل محمد. راجياً المزيد من البذل والعطاء.




القانوني وسام الانصاري
عضو مجلس إدارة العتبة الكاظمية المقدسة



دمتم متباركين وموفقين ببركة النبي المصطفى ﷺ بهذا الانجاز المميز الرائع، وهذا التفوق المشهود لكم في مضمار الصحافة الملتزمة والواعية، وفقكم تعالى لرضاه دنيا وآخرة، ولكم دعاؤنا واحترامنا.




المهندس فلاح الأنباري
عضو مجلس إدارة العتبة الكاظمية المقدسة

كنت أطلع على مجلتكم زهور الجوادين بين الحين والآخر حيث وجدتها شاملة لمواضيع عديدة مختلفة ومفيدة جداً، وبهذه المناسبة لا يسعني إلا أن أتقدم لأسرة زهور الجوادين بأسمى التهاني والتبريكات وأحرها، داعياً العلي القدير أن يمن عليكم بالخير والعطاء من العلم والمعارف.




الشيخ منير العامري
عضو مجلس إدارة العتبة الكاظمية المقدسة

أكتب كلماتي بمزيد من الاحترام والتقدير والثناء للبذرة الطيبة التي زرعت منذ أربعة عشر عاما والتي أثمرت بزهور الجوادين التي أوردت في بستان حجة الله في الأرض والتي ستكون شاهداً على الجهود الطيبة العطرة المبذولة من القيّمين على هذه المجلة المباركة ذات الخير الثابت المتدفق.. أسأل الله سبحانه أن يشمل جميع المشاركين في إنشائها وديمومة عطائها بألطاف صاحب العصر والزمان ﷺ وأن يزيدهم علماً وإيماناً إنه هو السميع المجيب.



الشيخ عدي الكاظمي
رئيس قسم الشؤون الفكرية والثقافية

قال تعالى: (وَقُلِ اعْمَلُواْ فَسَيَرَى اللّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ). إن من دواعي سرور الإنسان والاطمئنان بأن عمله يسير في طريق الإخلاص هو نماء ذلك العمل وجمع ثماره، وواحدة من تلك الثمار التي جنتها أيدينا هي مجلة زهور الجوادين التي كانت وما زالت في عطاء وخدمة للمؤمنين خاصة وللناس عامة، فشكراً للمولى عز وجل أن وفقنا للعمل بهذه المجلة المخلص أهلها ونسأله عزّ شأنه الدوام والتوفيق للجميع.




الشيخ طه العبيدي
باحث في قسم الشؤون الفكرية والثقافية



غالباً ما يكون النجاح حليف الذين يعملون بجدٍ وتفانٍ والصبر على تجاوز المحن وتحمل المشاق، فالنجاح لا يأتي إلا بالمرور في ساحات الاختبار، نبارك لكم جهودكم المتواصلة، فنجاحكم هو ثمن جهودكم.



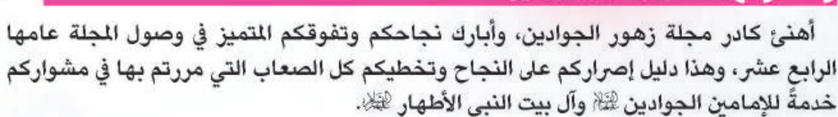
السيد حسن شاكر الجبوري
مسؤول وحدة الإصدارات الثقافية

بحلول عامها الرابع عشر، تتفتح زهرة مؤنقة أخرى من (زهور الجوادين) بعد أن أرسلت جذورها في جنان المعرفة والثقافة المنبثقة من نهج الإمامين الجوادين (عليهما السلام)، وراحت تفوح من فكريهما النير ومبادئهم السامية كل ما ينفع الأسرة المسلمة وينير طريقها في الحياة. وبهذه المناسبة الطيبة نبارك لجميع المسهمين في إنجاح هذا الإصدار المبارك، ونسأل المولى تبارك وتعالى أن يسدد خطاهم ويديم توفيقهم.





عبد الله جاسم محمد
مصمم مجلة زهور الجوادين



أهنئ كادر مجلة زهور الجوادين، وأبارك نجاحكم وتفوقكم المتميز في وصول المجلة عامها الرابع عشر، وهذا دليل إصراركم على النجاح وتخطيطكم كل الصعاب التي مررتم بها في مشواركم خدمةً للإمامين الجوادين (عليهما السلام) وآل بيت النبي الأطهار (عليهم السلام).





السيد رياض الحسن
شاعر ومدقق لغوي

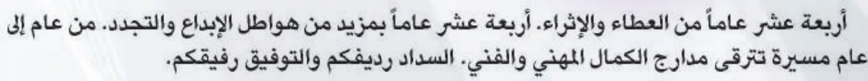
على مدى أربعة عشر عاماً، ظللت تنعمين برعاية أربع عشرة عناية من أربعة عشر معصوماً، تزدادين في كل عام بركة معصوم. أسأله تعالى أن لا يقطع عنك بركاتهم يا زهور، بحق زهرائهم، سيدة نساء العالمين عليهم الصلاة والسلام جميعاً.





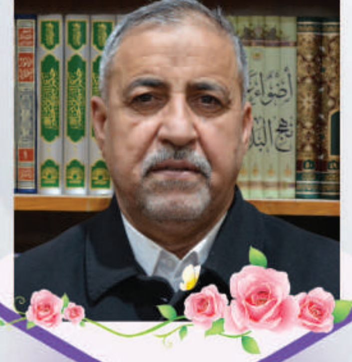


السيد سمير جميل
سكرتير مجلة ق والقرآن المجيد



أربعة عشر عاماً من العطاء والإثراء. أربعة عشر عاماً بمزيد من هواطل الإبداع والتجدد. من عام إلى عام مسيرة تترقى مدارج الكمال المهني والفني. السداد رديفكم والتوفيق رفيقكم.







السيد عامر عزيز الأنباري
كاتب في قسم الشؤون الفكرية والثقافية

نبارك لأسرة مجلة زهور الجوادين الغراء بشارة استقبالها عامها الرابع عشر من عمر هذا النتاج الفكري والثقافي المكلل بالعطاء، والنابع من الثراء الذي اكتنزت به، كونها تفوح بأريج هذه الرياض الطاهرة المقدسة بالإمامين الجوادين (عليهما السلام). هنيئاً لأسرة المجلة ولكل كوادرها المخلصة التي تبذل قُصارى جهدها خدمةً للمرأة وللأسرة المسلمتين، وسعياً إلى تنمية الوعي الديني وإشاعة التربية الإسلامية الصحيحة النابعة من فكر أئمة أهل البيت (عليهم السلام).





حيدر صباح
كاتب في قسم الشؤون الفكرية والثقافية

أهنئ مجلة زهور الجوادين.. الصادرة من جوار الإمامين.. بعيدها الرابع عشر.. فقد وجدنا في ثناياها الدرر.. سالكة للحق لا تحيد.. وننتظر من خيرها المزيد.



السيد ياسر حاتم حسن
سكرتير مجلة براعم الجوادين

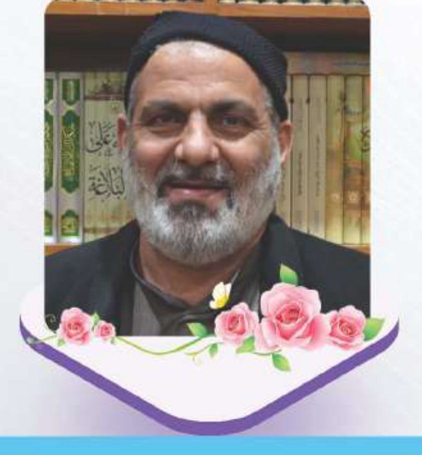
في ميلادها الرابع عشر.. يُسعدني ويشرّفني أن اتقدم بأزكى التهاني والتبريكات إلى الفتاة البارّة (زهور الجوادين).. تلك الفتاة التي بلغت أربعة عشر عاماً من التألق والازدهار في عالم الإعلام تحت راية الإمامين الجوادين عليهما السلام.. داعياً الباري عز وجل والأربعة عشر معصوماً أن يوفقكم لخدمة آل بيت النبوة عليهم السلام.





ضرغام محمد علي جعفر
كاتب في قسم الشؤون الفكرية والثقافية

لمجلة الزهور وهي تحتفل بعامها الرابع عشر من عمرها الحافل بالإبداع والتفرد.. أقول للزهور وهي تبدو أكثر إزدهاراً وتقدماً في خدمة الإمامين الكاظمين عليهما السلام وفي خدمة قرائها أول لها مهنئاً ومباركاً للألف عام.







الشيخ غزوان سهيل الكليدار
باحث في قسم الشؤون الفكرية والثقافية

أتقدم بأسمى التبريكات والأماني الطيبة لمجلتنا الغالية زهور الجوادين الفواحة بعطر الإمامين عليهما السلام الممتلئة بروائح المسك والعنبر والعفة ورقة المعلومة، سائلاً المولى عز وجل أن يوفق الأخوات العاملات عليها بمزيد من التقدم والازدهار وقبول العمل، إنه ولي التوفيق، وإلى الأمام دائماً.

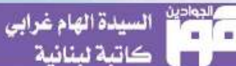




السيدة سكينة خليل
اعلامية بحرينية

١٤ عاماً مزهرة تطوّق باقة زهور الجوادين.. بذورها غُرست في أطهر تربة.. وأورقت كلمات لا يضاهي عبقها الأخاذ أي عطر.. كل عام وكل يد تخط حروفها على صفحات زهور الجوادين تنعم بظلال الجود وترفل في الحنان اللامتناهي.. وكل عام وأنتن تزهرن إبداعاً وتشعلن بأفكاركن دروب الخير.







السيدة الهام غرابي
كاتبة لبنانية



أهنئكم بذكرى مرور ١٤ عاماً على تأسيس مجلتكم الكريمة "مجلة زهور الجوادين" مع أمنياتي بالتوفيق والنجاح الدائم لحروفكم المعطّرة والتي تنهل من جود الجوادين عليهما السلام.





السيدة زينب حسين
كاتبة في قسم الشؤون الفكرية والثقافية

يا زهوراً غرست بذورها النقية بين خلجات قلبي، وتفتحت أوراقها الملونة بين لفائف عقلي، وعطرت بشذاها الفواح نسائم هوائي، وروّت بنداها الثر أناملي، وأبهجت بإطلالتها الغراء كل حياتي. لكِ مني آلاف التهاني والتحيات في عيدكِ الميمون متمنيةً لكِ دوام الازدهار في فيء جنة الجوادين.







زهور الجوادين
السيدة أسيل عادل
مسؤولة شعبة الشؤون النسوية

بِبركة أنفاس الإمامين، تتجلى أهمية مجلة زهور الجوادين من خلال كتاباتها النافعة، ومقالاتها المفيدة لمختلف شرائح المجتمع، فمبارك لها هذا الرقي والنجاح.



زهور الجوادين
السيدة سوسن عبد الصاحب
مذيعة في إذاعة الجوادين

نبارك لفريق عمل مجلة زهور الجوادين دخولها عامها الرابع عشر، نبارك لتلك الأنامل الذهبية التي ملأت سطور تلك المجلة الغراء وصفحاتها التي تهتم بقضايا المرأة والمجتمع. فكل عام وأنتم موفقون في هذه الخدمة الجليلة للمرأة المسلمة، بل وزادكم الله توفيقات وبركات إنه سميع مجيب.



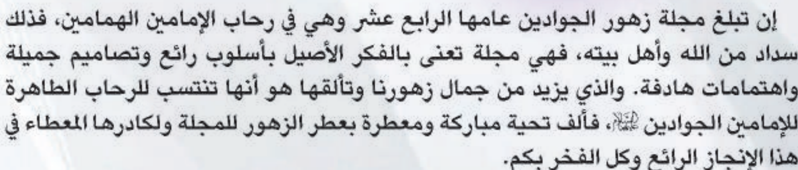
زهور الجوادين
السيدة بان عبد الأمير
مهندسة في العتبة الكاظمية المقدسة

أتقدم لأسرة مجلة زهور الجوادين بالتهاني والتبريكات لدخولها ربيعها الرابع عشر، متمنين لها دوام التألق ولكوادرها العاملة التوفيق والتسديد خدمة للإمامين الهمامين عليهما السلام ولزائريهم الكرام.

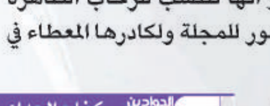


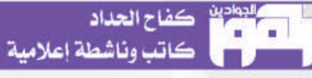


زهور الجوادين
السيدة زينب عبد الهادي
وحدة الطبابة في العتبة الكاظمية المقدسة



إن تبلغ مجلة زهور الجوادين عامها الرابع عشر وهي في رحاب الإمامين الهمامين، فذلك سداد من الله وأهل بيته، فهي مجلة تعنى بالفكر الأصيل بأسلوب رائع وتصاميم جميلة واهتمامات هادفة. والذي يزيد من جمال زهورنا وتألقها هو أنها تنتسب للرحاب الطاهرة للإمامين الجوادين عليهما السلام، فألف تحية مباركة ومعطرة بعطر الزهور للمجلة ولكادرها المعطاء في هذا الإنجاز الرائع وكل الفخر بكم.





زهور الجوادين
كفاح الحداد
كاتب وناشطة إعلامية

غرس نبت في رياض الجوادين وسقي من شجرة مباركة أضاءت في غيابة الضياع لتوصل نور المعرفة إلى القلوب الظامئة التي ارهقتها ظلمات السنين وكان لها كرام بررة سعوا في رعايتها كي تزهر براعمها في دنيا العلم. بوركت تلك الأيام التي تحرص علة إيصال النور ليتامى آل محمد وجعل الله سعيهم مشكوراً، وأدام الله هذا العطاء، وجعله غرساً زكياً في جنان الخلد.





زهور الجوادين
أ.د. وجدان فريق عناد
مركز إحياء التراث العلمي العربي/ جامعة بغداد



بمناسبة الذكرى الرابعة عشرة لتأسيس مجلة زهور الجوادين اتقدم بأجمل التهاني وأرق التبريكات لجميع العاملين في المجلة الغراء وأتمنى لهم جميعاً المزيد من التوفيق والنجاح، ولمجلتنا التطور والتألق في سبيل خدمة وطننا العزيز والأجيال الناشئة التي نتطلع إلى أن تتلقى تنشئة إيمانية ووطنية.



(زهور الجوادين)

شعر: عامر عزيز الأنباري

مَيّاسةٌ في الأخذِ والردِ ... نديةٌ في القُربِ والبُعدِ
هيفاءُ في طلعتها رفرفٌ ... وباردٌ رقراقُ من بَردِ
وهي غديرٌ سلسبيلٌ لمن ... يبحثُ في صحراءَ عن وِردِ
وهي ورودٌ عند رأدِ الضُحى ... وهي نجومُ الليل في السهدِ
وهي (زهورٌ للجوادين) قد ... تَكللتْ بالحبِ والوِدِّ
قد أشرقت أنوارها وانبرت ... تُطلُّ من عهدٍ إلى عهدِ

◈ ◈ ◈ ◈ ◈

ترعرعت في كَنفٍ طيبٍ ... بين نمير الماء والشهدِ
وهُدهِدَت عند رياض الهدى ... محفوفة بالنور والحمدِ
في روضةٍ غنّاءَ محمودةٍ ... فيها يطوفُ (القائم المهدي)
وفي ثناياها يفيض الندى ... وتنقضي الحاجات بالقصدِ
إلى كريمين هما رايتا ... نورٍ من الإيمان والزهدِ
إلى إمامين بحقيهما ... يُفَرَّجُ الكَربُ عن العَبدِ
إلى عظيم الشأن موسى الذي ... يعلو على الأمجاد في المجدِ
ثم الجواد ابن الرضا وابن من ... تسعى له الوفاد من بُعدِ

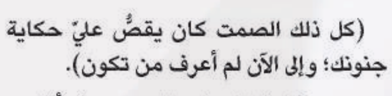
◈ ◈ ◈ ◈ ◈

هُمْ حججُ الله على خلقه .. ... هُمُ الأدلّاءُ إلى الرشدِ
وهم لنا غوثٌ إذا ما دجا ... ليلٌ من الآفات والحقدِ
وهم مصابيحٌ وهم نعمةٌ ... وهم بهاليلٌ من الرِفدِ
والرحمةُ المهداةُ هُمْ دونما ... التفريق من عَبدٍ إلى عبدِ
قد خصَّهم ربُّ العُلا بالعُلا ... والخير والآلاء والسَعدِ

◈ ◈ ◈ ◈ ◈

قد فاز من والاهمُ واهتدى ... بِهمْ فَهُم خِيرة من يَهدي
أقسمُ أن لا أنتهي عنهمُ ... أفديهمُ بكل ما عندي
أفديهم بالروح مهما غلت ... أفديهمُ بالمال والوِلدِ
أبقى فداءً لهُمُ هكذا ... عبداً من المهد إلى اللحدِ

كـــاريـــزما



هدى الغراوي



(كل ذلك الصمت كان يقصُّ عليّ حكاية جنونك؛ وإلى الآن لم أعرف من تكون).

صدى كلماتها ما يزال يدور في أيّامي، شارع مكتظ بالسيّارات؛ عن يمينه شجرة تقف بحزن مبهم، ربما هي الوحيدة التي تشعر بالغربة الآن. ذكريات بخنجر الخيانة خُطّت على جذعها، أشعر كأنّها عجوز نائمة؛ تنتبه كلّما صرخ الأطفال الذين يلعبون حولها، مرقت شاحنة مسرعة؛ فطار كيسٌ أسود لا أعلم وقتها هي من أمسكت به أم أنّه تشبث بأغصانها. مضيت نحو طفل يبيع المناديل، وجهه لفحته حرارة الشمس، يضع قربه صندوق صغير، يحوي بضاعته وأشياء أخرى لتزيين السيّارات، قبل أن أسأله ركض نحو السائق الذي أشار إليه ليشتري منه. خيّل لي أنه عبر مسافة بحجم خراب خلفته له الشوارع، أو بطعم المجهول الذي ينتظره. كم هو مؤلم أن يكبر الإنسان فجأة! تراه أي هم يحمل في قلبه، هل يحلم هو الآخر كما كنّا نحلم في صغرنا أن نلهو في تشجيع فريق لكرة القدم، أو نذهب إلى مدينة الألعاب؟!

تركته ونظرتُ إليها عن بعد.

كانت تسند ظهرها بيدها، تلتقط أنفاسها بصعوبة، توقفت بانتظار سيّارة أجرة، أفكر أذكراً تضع أم أنثى؟ ربما ستذهب إلى عالم آخر؛ لأن مولودها سيقتلها حين يأتي إلى هذه الدنيا، أتساءل لماذا تضحي الأم من أجل جنين تعرف أنّه سيعدم أيامها بحبل سرّي، أهي المخلوق الوحيد الذي يستحق أن يموت من أجلنا، أم أنّنا لم ندرك معنى التضحية..؟

كالعادة وجدتهُ حزيناً، تعمّدت أن أهمله، بعدما أجبرته على السهر ليلة أمس، خطرَ في قلبي أن أقرأ كتاباً بائساً مثلي، خطوتُ نحو المكتبة، استوقفني ظلّه؛ نظرتُ إليه؛ في عينيه لغة لا تشبه الصراخ الذي في رأسي، هدوء طغى على ملامح وجهه، اقتربت منه، أصبحت أسمع أنفاسه بوضوح، أخذَ يُحدّق فيّ طويلاً، ارتجفت شفتاي قبل أن أعتذر، انسابت دموعه على خديه، مسحتها بإبهامي، ثمَّ أشحت بوجهي عنه.

أردت أن أصرخ بوجهه، أن أخبره إنه غبيّ.. غبيّ لأنّه لا يفهم معنى أن يضحي آخر من أجله، قد أكون أبالغ في ردّة فعلي، لا أريد أن أكون مجنوناً في وقت كهذا.

كان غاضباً منّي لفعلتي قبل أيّام، لا أعرف ما العتاب الذي أراد أن يبوح به، تظاهرت بأنّني غير مهتم، أأصبح يكرهني أم أنّه يخشى أن يعترف لي بخطأي؟ أدرك أنَّ كل شخص يعلم حقيقة ما يقوم به، لكن غالباً ما نبرر خطايانا بنوايا حسنة.

أخذت الساعة وهاتفي من السرير، لم أحتمل البقاء معه مجدداً، أدرتُ مقبض الباب وصفعته ردّاً لنظراته، نزلت درجات السلم والدم يغلي في عروقي، الشخص الوحيد الذي أستطيع أن أبوح له بأسراري، على الرغم من قربه؛ لكنّي لم أنصت إليه يوماً.

استقلت المرأة السيّارة وهي تتأوّه من الألم، تبعتها مسرعاً، لا بدَّ أن أعرف ما في بطنها، وصلت بعد نصف ساعة، رأيتها كأنها تتوكّأ على كتف ملك الموت من جهة وعلى كتف الحياة من الجهة الأخرى، شعرت بأن الجميع انتبهوا إلى وجودي. اختفت بعد لحظات، في غياهب لا أعلمها. كم أتمنّى أن أرى مولودها، أحمله بين يديّ، أقبّله؛ أناغيه، أضحكه أو بالأحرى يسعدني. مرّت الساعات، الأشهر، السنوات، وأنا أنتظر أن أحتضن ذلك المولود، أريدها أن تعلم أنّي بحاجة إلى أن أموت كي أعترف لها بـــ (.....).

الحياة محض ذكرى تمرّ في رأسك تؤلمك وتمضي، أتمنّى أن أنتقم منه، عندما أسترجع كيف ضربتها، أخرجتها من الغرفة بقوّة، توسلت بي أن استفهم منها عن الأمر، لكنّي لم أمهلها. صرخت بوجهها بعد كلّ ذلك الصمت الذي كنت أمارسه، ثمَّ ركلت الباب بقدمي فلم أسمع إلّا نشيجها ووقع خُطاها وهي تنزل إلى أسفل العمارة. بصق بوجهي وأنا أرتدي الساعة أمامه، تمالكت نفسي قبل أن أضربه، أدرت له ظهري وخرجتُ غاضباً، قد يصبح الكون كرة من الرمل، تضغطها بأصابعك فينتهي كلّ شيء، هكذا كنت قادراً حينها على تحطيم كل ما أجده أمامي..

اليوم فهمت عبارتها الأخيرة، لا بد أن أهجر صمتي وأُرجع ما تبقّى منها إلى الحياة، لماذا لا نفهم أن لهفواتنا حلولاً إلّا بعد أن نكون قد نقضنا جميع عهودنا، الوفاء لا يأتي من غفلة، ولا الصدق يخلق من حِيل الشيطان، متى نبحث عن خلاص من مشاكلنا بدل التحقق من الأسباب؟!

قطعت مسافات كأنّها الوجع الذي عاشته معي، نظرتها، ضحكتها، بكاؤها كلها أضحت ذكريات تؤلمني، وحدها كانت تتخذ مكاناً آخر، بينما جميع صديقاتها يلعبن بفرحة غامرة.

ـــ واحد.. اثنان.. ثلاثة.. هيّا أمسكي بنا.

يركضن هنا وهناك، يصفقن، يغنين..

- تعالي هنا.. هيّا هيّا، إن أمسكت بي سآخذ دورك.

يتقافزن من حولها، وبحركة سريعة يهربن من أمامها، تعلو الضّحكات، فتقرع أسماع الطّفلة في زاوية وحيدة، اقتربتُ منها وأنا أبتسم في وجهها كي لا تستغرب قدومي نحوها، لم تلتفت إليّ، ظننت أنّها حزينة لأنها لم تتعرّف إلى أبيها حتّى هذه اللحظة، شتمت نفسي في سرّي (مُجرم).

ـــ لمَ هي هكذا؟ أخذتْها الأفكار بعيداً عمّا حولها؟!

حدّقتُ لحظة بوجهها، شعرها الذّهبي له حكاية الجمال، تناثرت على خديها نقاط نمش كأنّه الطّفولة ببراءتها، تحتضن دميتها الصّغيرة، تمدّها بالحنان، عيناها لم تدركا وجودي إلى هذه اللّحظة.

أخذني الحنين إلى أمّها، تذكّرت كيف كنتُ أتابع يوم مجيئها إلى الدنيا، وكيف أنّي أتقنت دور ملك الموت وقتها، رغبة تملؤني أن أرجع إلى غرفتي أقف أمام المرآة وأشبعه ضرباً، أردت أن أحرّك شفتيّ لأسألها لماذا لا تلعب مع صديقاتها..

حرّكت يديها الصّغيرتين في الهواء، تلّمست معالم وجهي وهي تقول بصوت هادئ:

-من أمامي؟.



كوب الكابتشينو

ولاء قاسم العبادي

قلبٌ يتأمل سمفونيته الإلهية المفضلة التي تأسره إلى عالم الهدوء والطُمأنينة والتمتع بعظيم خلق الله تعالى والتفكر بجليل قدرته اللامتناهية، عينان قد تمتعتا بأبهى صور الجمال من شلالات هادرة وجبال شاهقة رغم غلقهما بكل هدوء، ظهرٌ أسنده الشعور بالإنجاز إلى مسند الكرسي لا الشعور بالعناء - كما اعتادت -، كفان تحتضنان كوب الكابتشينو بكل دفءٍ ودلال، روحٌ تحلق في عالم المعنى وتعيش التأمل في أعلى درجاته، لم يُعِدْها إلى عالمها الواقعي صوت غلق الباب الذي أحدثته تلك الصغيرة، ولا صوت سقوط الكتاب المفضل الذي كانت قد أتمت قراءته قبل دقائق، بل أعادها صوت صغيرتها التي قالت بتعجبٍ:

- أمّاه، عجبًا، هل تحتسين كوبًا كاملًا من الكابتشينو؟!

هل ما عدتِ تهتمين بأمر صحتك ورشاقتكِ؟!

لم تنزعج كثيرًا لمقاطعة صغيرتها ما كانت تُحِبُّه كما كانت في السابق، ولم يكن ردها سريعًا بأن تخرُجَ لتُتِمَ ما كانت تستمتع به، بل سرحت بُرهةً من الزمن، قلّبت خلالها صورًا ومشاهدَ من فصل حياتها الماضي وبصورةٍ سريعة، فمشهدٌ يبدأ باستيقاظها مبكرًا



مُثقلةً بهمِّ إرضاء كلّ من حولها، فتسابق الزمن عند قيامها بواجباتها اليومية هروبًا من لسع كلماتهم المسمومة، ليُختَمَ بعد عناءٍ طويل بسياط الشعور بالتقصير وجلد الذات عبر الافراط بتأنيب الضمير عند أدنى نقدٍ وإن كان بغير حق!! ومشهدٌ تُفرِّغ فيه ما تلقته من سهام النقد اللاذع في نفوس أطفالها البريئة، فتخدش مشاعرهم بذات أداة الجريمة التي أردتها ضحيةً! وبذا تعيش في دائرة مُفرغة، لا عمل لها سوى نقل السلبية والتأثر والتأثير بها. ومشهدٌ ومشهدٌ ومشهدٌ لم تحصد منها سوى العناء وجلد الذات لإخفاقها في إرضاء من حولها..

لم تكن مجرد مشاهد مرّت أمام ناظريها، بل كانت أشبه بكوابيس جثمت على صدرها، فلاح ذلك لابنتها على صفحات وجهها، فسارعت سائلةً وقد آلمها ذلك:

- أمّاه، هل سببتُ لكِ بسؤالي ازعاجًا وألمًا؟ اعتذر لذلك.

رفعتها بكل رفقٍ وحنان لتضمها إلى صدرها وقالت متأسفةً:

- لا يا حبيبتي، بل أنا من عليه أن يعتذر لكِ، إذ غرستُ في تربتكِ الخصبة عُقدة الشعور بالذنب، وقد آنَ الأوان لأحلّ تلك العُقدة بعد أنْ حللتُ عقدة الاستماتة في سبيل إرضاء الآخرين ولو على حساب صحتي فضلًا عن سعادتي، واستبدالها باستهداف رضا الله تعالى وحده وأولًا وآخرًا.. وتنفّستْ بعُمقٍ وهي تستشعر عظمة انجازها الذي شكّل مُنعَطفًا كبيرًا في حياتها، فأخذت تُلاعبُ شعر ابنتها واسترسلت قائلةً:

- فلم أعُد ــ يا حبيبتي ـ أتألم لاتهام البعض المتكرر إياي بتقصيري رغم عظيم ما أقدّمه، أو لعدم مكافأته إحساني بإحسان، بل وإن كافأني بجحودٍ ونكران!! إذ يُغنيني رضا خالقي، ومكافأته إياي عن كل عملٍ مهما صغُر؛ لإضماري نية التقرّب إليه سبحانه، حتى غدت ساعات حياتي سعيًا للتقرّب إليه، تغمرني فيها لذّة الشعور بمحضره الأعز على قلبي، مُستمدةً العون في لحظات ضعفي بعينه التي تشهدُ مُكابدتي الآلام في سبيل الوصول إليه، فهو حبيبي إلهي وخالقي والمُنعم عليّ في حدوثي وبقائي، استشعرُ نعمه في كل نَفَسٍ فازداد شوقًا لملاقاته..

حوّلت بناظريها نحو ابنتها فإذا بها نائمة، تبّسمت وهي تتأمل وجهها الملائكي، لكنّ ذلك لم يقطع سلسلة أفكارها ولم يسكت هدير حروفها التي تروي قصة انتصارها بفخرٍ واعتزاز فأكملت:

- وها أنا اليوم يا حبيبتي أكافئ نفسي لانتصاراتها بهذه الجلسة المُفضلة عندي، وأما عن كوب الكابتشينو فاطمئني فهو لن يؤثر عليّ كثيرًا بالقياس إلى قِطع الشوكولاتة التي كُنتُ التهمها بعد كل شعورٍ بالإحباط، لتصنعَ في داخلي وهم المُتعة والسعادة المؤقتة تعقبها سياطًا تؤنب ضميري وتُعيدني إلى نقطة البداية!!

البرمجـــة الذاتيـــة للعقل الباطن

عبير المنظور/ كربلاء المقدسة

أصبحت الصعوبات اليومية واقع حال مرير يعيشه معظم فئات المجتمع، وخصوصاً المرأة، فهل نستسلم لها؟ أم نتكيف معها بدون تأثيرات سلبية على النفس؟

بداية القول، إن أغلب ما نشعر به ونعيشه هو من خلال العقل الباطن الذي يختزن كل ما نحس به ونعيشه بأفكارنا ومشاعرنا ويعكسه اللا وعي على الجسد كرد فعل طبيعي لما نختزنه بأنفسنا فيه.

ولهذا علينا أن نبرمج عقلنا الباطن للتحكم في التأثيرات السلبية التي نواجهها فلا أحد أحرص على المرء من نفسه، وأن نرمم تصدعاتنا بأيدينا خير من انتظارنا مساعدة الآخرين.

برمجة العقل الباطن تعتمد أساساً على ما تخزن في اللا وعي من أفكار وانفعالات ومشاعر، ولتثبيتها فيه هناك أكثر من طريقة أهمها: التكرار ونعتمد فيها على تكرار ما نريد تثبيته قولاً وفعلاً لأن هذه التوكيدات تتأثر كثيراً بالصوت والصورة والإحساس مثلاً في حالة التعب أكرر أنا قوية أنا قوية وهكذا. والتكرار هنا ليس ديناميكياً خالياً من روح الكلمة وإنما يجب أن أشعر بالكلمة فعلاً، أشعر بالقوة تتغلغل في ذرات كياني.

وكذلك استثمار قوة العقل الباطن والسيطرة على اللا وعي هي فترة قبل النوم -ولو عشر دقائق- والاستيقاظ منه، فالتأمل قبل النوم والانقطاع التام عن كل ما يحيط بك من أفكار ومشاكل والتحرر من أي أفكار وطاقة سلبية ستتخزن في اللاوعي وستظهر في بداية الاستيقاظ من النوم لأن العقل الباطن بكامل نشاطه وسيقوم بتخزين كل ما يصادفه في ذلك اليوم وعلى أساسه ستبدو ردات الفعل تجاهها، وتمارين كثيرة أعرضنا عنها رعاية للاختصار.

وعلى الرغم من كل النظريات العلمية الحديثة في علم طاقة الجسد إلاّ أن أساسها في الواقع إسلامي بحت ركّز عليها الإسلام قبل مئات السنين، لأنّ الإسلام هدفه صناعة الإنسان بما هو إنسان. فالإنسان في الإسلام هو الغاية، وهو الوسيلة، عن طريق حسن الظن بالله، وهو البرمجة الذاتية الحقيقية للعقل الباطن. فقوة الإيمان بالله بأنّ كل ما يأتي منه خير وأنّ الابتلاء ظاهره بلاء، ولكنه يستبطن الرحمة، ومن أفضل التوكيدات والتمارين التي ذكرناها سابقاً إضافة إلى مردودات حسن الظن بالله دنيوياً وأخروياً على الإنسان المؤمن. فقد جاء عن النبي ﷺ: (والذي لا إله إلا هو لا يحسن ظن عبد مؤمن بالله إلا كان الله عند ظن عبده المؤمن، لأن الله كريم، بيده الخيرات يستحيي أن يكون عبده المؤمن قد أحسن به الظن ثم يخلف ظنه ورجاءه، فأحسنوا بالله الظن وارغبوا إليه). وعن الامام الرضا عليه السلام قال: (أحسن الظن بالله فإن الله عز وجل يقول: أنا عند ظن عبدي المؤمن بي، إن خيراً فخيراً وإن شراً فشراً)[1].



١- الكافي، الكليني، ج٢، ص٧٢.



بين الفشل والنجاح

ضرغام محمد علي

في الحياة طريقان نجاح وفشل. فالإنسان دائماً يودّ أن يكون ناجحاً في حياته بعيداً عن الفشل، في حين القليل من الناس من يعرف كيف يفكر الناجح وكيف يفكر الفاشل، ولذا نجد الكثير منهم يزعم أنه ناجح. ولكن تفكيره لا يمكن إلا أن يقوده عادةً إلى الفشل، بل ربما إلى الفشل الذي ليس له مثيل.

فالناجح هدفه الأساسي تحقيق النجاح عن طريق عزيمته وإرادته القوية، فمخالطة الناجحين والتأسي بهم هو مرحلة من مراحل القدوة الناجحة ولقد جسد القرآن الكريم هذا المعنى بقوله سبحانه (لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ)[1] سواء أكانت مخالطتهم واقعية أم افتراضية عبر وسائل التواصل الاجتماعي، وكذلك الثقة المتزنة بالنفس والمعرفة بمكامن القوة والضعف، بينما الفاشل دائماً يتصور أن الدنيا تتآمر عليه، فيحاول تبرير فشله باتهام الناجح في اتباع طرق غير مقبولة في الوصول إلى النجاح، لذا فهنالك علل تؤدي إلى الفشل منها الأمراض التي تحطم أعصاب الفرد، وتفقده اتزانه في حركته الجسدية والفكرية والكلامية.

إن غرور الجاهل يقوده إلى بصيرة عمياء قد تؤدي إلى سد منافذ تفكيره، فيتصور بأنه أذكى الناس، وأقدرهم على التعامل مع متطلبات الحياة فيتمسك برأيه الخاطئ، ويتوهم بأن الضعيف هو الذي يقتنع برأي غيره[2]. وعندما يرتكب الخطأ الذريع فأنه يبرر لنفسه، يقول بول أردن: "عندما تقع الأخطاء يكون مغرياً إلقاء اللوم على الآخرين"[3]

١- سورة الاحزاب، آية ٢١.

٢- www.annajah.net بتصرف.

٣- كيفما فكرت فكر العكس، بول أردن، ص٥٧.

على الفاشل أن يراجع نفسه ويفكر بالإيجابيات لتطوير مهارات النجاح لديه بين الأسرة والمجتمع، قال رسول الله ﷺ (تفاءلوا بالخير تجدوه)[4]، ليرسو بسفنه في محاذاة مرسى الناجح المبتكر المبدع، الذي جعل لنفسه اسماً وتاريخاً من خلال سهره المضني المتواصل في التخطيط والعمل والإرادة والعطاء.

فأفضل طريقة للنجاح نحو الأفضل، هي أن لا ينقطع الشخص عن التعلم، والإرادة القوية كفيلة بأن توصله إلى شاطئ النجاح الذي يتوق إليه المرء، ولنتذكر بأنه لا يوجد شيء مستحيل طالما يوجد إرادة قوية وعزيمة صلبة لا تعرف الاستسلام.

٤- ميزان الحكمة، محمد الريشهري، ج ٢، ص٢٣٥٢.

ترتيب الأولويات

منتهى محسن

يعني ترتيب الأولويات: عملية ترتيب الأهداف والمهام والأعمال الأهم فالمهمّ بحيث يتمكن الإنسان من تحقيق أهدافه في الوقت المتاح، وقد أشارت بعض الآيات الكريمة على هذا المعنى في في مواضع قرآنية عدة، منها قوله تعالى: "فَاعْلَمْ أَنَّهُ لَا إِلَٰهَ إِلَّا اللَّهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنبِكَ وَلِلْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ"، وقوله تعالى: "رَبَّنَا اغْفِرْ لِي وَلِوَالِدَيَّ وَلِلْمُؤْمِنِينَ يَوْمَ يَقُومُ الْحِسَابُ"، وفي قوله تعالى: "وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا"، وقوله تعالى: "وَأَنذِرْ عَشِيرَتَكَ الْأَقْرَبِينَ".

أولاً يجب معرفة أن الأولوية التي نريدها لا بد أن تتمثل في الهدف الذي نسعى إلى تحقيقه، والذي يأخذ مساحة كبيرة من وقتنا وجهدنا، ولأجل تحديد ذلك لنجرب تحديد ثلاثة أهداف لها أولويات في حياتنا، عن طريق تحديد المسارات التي نريدها في كل صعيد من الأصعدة: صعيد العمل، وصعيد الأسرة، وصعيد الشخصية، وصعيد العبادة، وصعيد الدعوة.

الأهداف الاجتماعية

بعد ذلك نحدد قدراتنا وإمكاناتنا واتجاهاتنا، ومن ثم نحدد الوقت المتاح، مع مراعاة

الأنظمة والتعليمات، ويجب الانتباه عند تحديد الأولويات إلى كلٍّ من:

١- إن الأنشطة لا يمكن أن تتساوى في الأهمية.

٢- هناك مهام يجب القيام بها، وهناك مهام أخرى ينبغي القيام بها.

٣- هناك أشياء من الممكن تأجيلها.

٤- هناك أمور لا ترتبط بالأهداف.

٥- هناك أمور من الممكن تفويضها لشخص آخر.

كما علينا عند تحديد الأولويات أن نعرض كل عمل نؤديه، ومهمة نفعلها على الهدف

الكبير الذي نؤمن به... فإذا ما كان متماشياً معه، نفذناه، وإلا نوقفه فوراً!!

وأن نتذكر عند التفكير في الأولويات والتعامل معها وتحديدها، أنها لا تأتي من فراغ، بل لا بد من أن تكون هذه الأولويات مبنية على رسالة واضحة.

كما يجب ترتيب الأولويات على جميع مستويات الأهداف، فهناك أولويات للأهداف بعيدة المدى، وأولويات للأهداف متوسطة المدى وقريبة المدى، وأن لا ننسى أن أفضل شخص يحدّد أولوياتنا إنما هو نحن، ولكن لا بأس من الاستعانة بالآخرين والاستفادة مما يقدمونه من أفكار. وعلينا أن نتعلم قول كلمة "لا"، ويقصد منها هنا الاعتذار عن الأعمال والارتباطات والمهام التي لا يُرى منها فائدة، كما ويفضل الاحتفاظ بمذكرة أو قائمة يومية تتضمن الأعمال التي يُراد تنفيذها، لأنها تساعد على تحديد الأولويات.

في الأخير نقدم جملة من الضوابط المهمة التي تفيدنا عند ترتيب الأولويات:

١- ترتيب الأولويات من خلال منهج الإسلام وهديه، لا من خلال العواطف.

٢- الفكر العميق والوزن الصحيح للأشياء. فلا نعطي شيئاً فوق وزنه، أو دون وزنه.

٣- الإدراك التام بأن ما يفوتنا من الوقت لا نستطيع استرجاعه.

٤- البدء بالأهم ولو كان صعباً.

٥-تعويد النفس على قبول الأولى، وتقديم الأهم على المهم.

٦- أولوية الكيف على الكم.

٧-أهم ركيزة في ترتيب الأولويات هو التوازن.

أخيراً.. نتمنى أن يُحسن الجميع ترتيب أولوياته من أجل تحقيق أعلى مستوى من الإنجاز والنماء والنجاح.



فن التعامل مع الأزمات

م.د خديجة حسن علي القصير

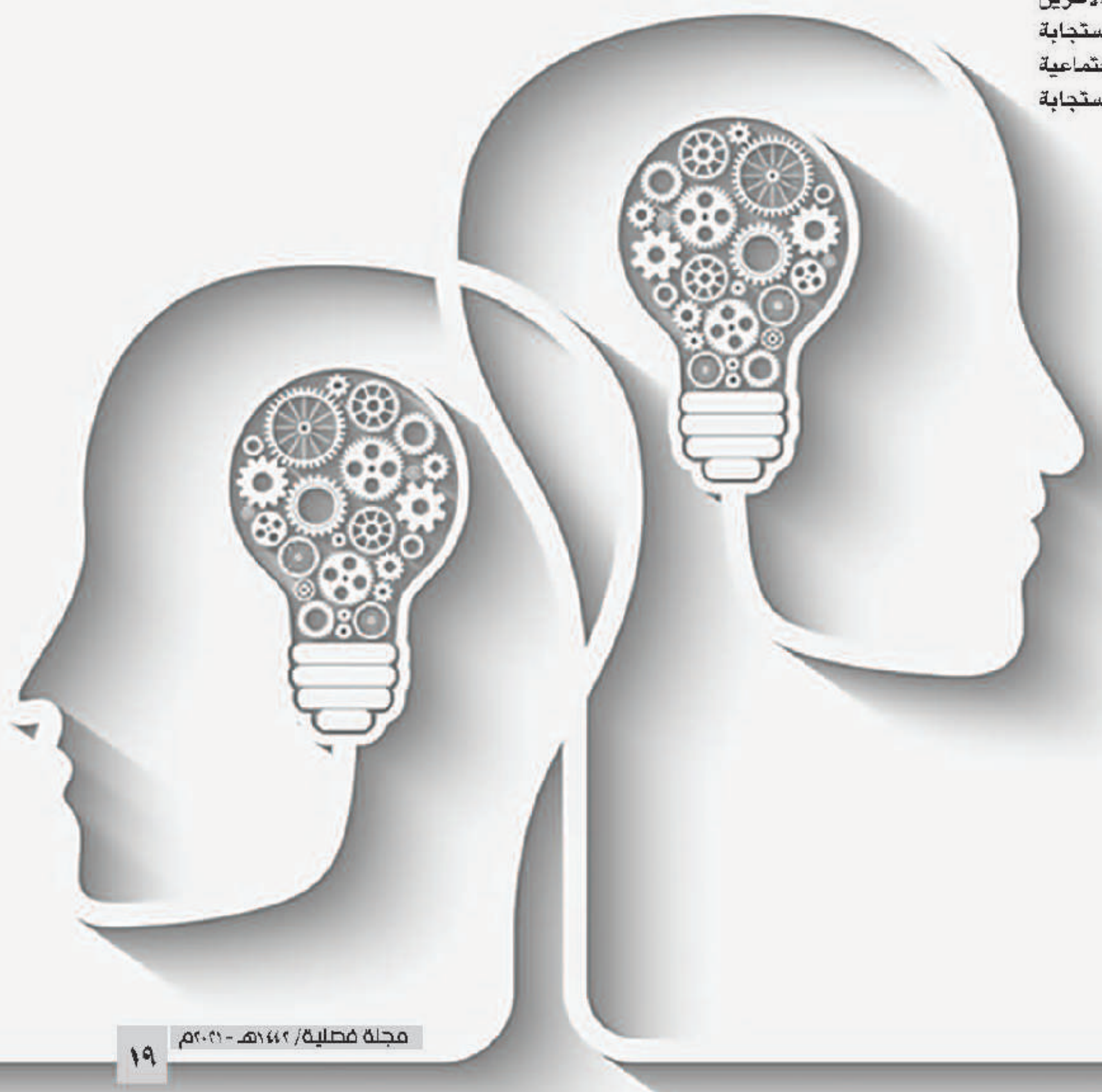
كما لا يخفى على أحد، إنّ الفرد كائن اجتماعي بطبعه لا يستطيع العيش خارج إطار الجماعة وإنما يرتبط بالأفراد الآخرين بعلاقات مستمرة متبادلة، وبهذا فهو بحاجة إلى عنصر الذكاء الاجتماعي ليفهم الآخرين وتطلعاتهم وغاياتهم ويلعب دوراً مهماً في حياته لأنه يكون الأساس الذي يبني عليه الفرد مستقبله وآماله وبذلك فهو بحاجة إلى الذكاء الاجتماعي وكيفية استخدامه.

فالذكاء الاجتماعي حسب وجهات نظر علماء النفس إنما يعتمد على إدراك الفرد الفروق بين الآخرين ومعرفة دوافعهم ومقاصدهم وحالاتهم الوجدانية والانفعالية والمزاجية، وقراءة رغبات الآخرين ومقاصدهم وفهم عملية التواصل معهم. وبالاعتماد على كلامنا السابق فإن الذكاء الاجتماعي هو: القدرة على فهم مشاعر الآخرين وأفكارهم والتعامل مع البيئة بنجاح والاستجابة بطريقة ذكية في المواقف أو الحالات الاجتماعية وتقدير الفرد للموقف تقديراً صحيحا والاستجابة له بطريقة ملائمة بناءً على وعيه الاجتماعي[1].

ومن ثمّ فالذكاء الاجتماعي له العديد من الإيجابيات في حياة الفرد ويكسبه العديد من المهارات الاجتماعية، فمن يتحلى به يمتلك القدرة على التعاون مع الآخرين وتشجيعهم بشكل لا محدود من خلال العديد من التصرفات كالابتسامة واستخدام العبارات اللطيفة عند الحديث مع الآخرين، فضلاً عن مراعاته لمشاعر الناس وتقديره لظروفهم.

وللذكاء الاجتماعي الأثر الكبير في إدارة الذات لدى الفرد أي اشباع رغباته وتحقيق غاياته، ومن ثمّ إحداث التوازن في حياته بين الواجبات والرغبات، وبهذا، فالفرد إذا نجح في إدارة ذاته وضع المسار المدروس لحياته وحدّد أهدافه الخاصة وعمل بها، وفي الوقت نفسه أمتلك القابلية على التحكم والسيطرة في سلوكه الانفعالي، وخاصة في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين من خلال تحديد السلوك الملائم في حالات المشاعر والانفعالات الناجمة عن الغضب والفشل أو الاختلاف في الآراء.

١- الغول، أحمد عبد المنعم محمد، الكفاءة الذاتية والذكاء الاجتماعي وعلاقتهما ببعض العوامل الوجدانية لدى المعلمين التربويين وغير التربويين وإنجاز طلابهم الأكاديمي، أطروحة دكتوراه في فلسفة التربية، جامعة أسيوط، كلية التربية، مصر، ١٩٩٣، ص٤٧.



أغرسوا فيهن حب الحجاب



يسرُّ مجلة (زهور الجوادين) أن تمدّ جسور التواصل مع القارئات الكريمات، لتعلن لهنّ عن استقبال الأسئلة حول القضايا الاجتماعية والمشاكل النفسية وأساليب التربية وطرق الاعتناء بالأسرة وتنمية المجتمع، وتضع بعد ذلك الحلول والمعالجات لتلك الهموم بعد عرضها على المتخصصين وأصحاب الشأن، مع الحفاظ على الخصوصية الشخصية لصاحبة السؤال.

الاستشارية: علياء الصافي/ مركز الارشاد الأسري التابع للعتبة الحسينية المقدسة

الشيخ الدكتور عماد الكاظمي

راسلونا على البريد الإلكتروني: flowers@aljawadain.org

وصلتنا الرسالة التالية من الأخت المرسلة (أ.ك): أنا إحدى المتابعات للمجلة، أطلب منكم مساعدتي في إقناع ابنتي البالغة من العمر ١١ عاماً بارتداء الحجاب. لقد أتعبني رفضها كثيراً، فقد سلكتُ معها كل الطرق ولم أفلح في إقناعها بالحجاب وترغيبها به.

عزيزتي المرسلة (أ.ك) هناك أمور تربوية مهمة تساعدكِ في إقناع أبنتكِ المكلفة وعموم الفتيات بارتداء الحجاب، وهي:-

- تعويد الطفلة الصغيرة من البداية في لبس الملابس المحتشمة بين فترة وأخرى حتى يكون ارتداء الحجاب سهلاً ومقبولاً لديها عند بلوغ سن التكليف.
- القدوة الصالحة وهي الأم، كلما كانت الأم محتشمة كلما سهل مهمتها في تعليم بنتها كيفية ارتداء الحجاب بصورة صحيحة.
- عند ارتداء الطفلة الصغيرة غير مكلفة الحجاب لغرض اللعب وتقليد الأكبر سناً يجب إظهار الإعجاب لها والتصفيق لها ونتغزل في جمالها وهي مرتدية الحجاب من قبل الأم والأب.
- تعويد البنت الصغيرة منذ الصغر على تقبل وحب الحجاب من خلال لبسه عند زيارة العتبات المقدسة.
- تعليم البنت الحجاب بصورة غير مباشرة مثل (أفلام الكارتون مثل قصص الأنبياء الدينية والقصص الهادفة).
- يجب على الوالدين متابعة البرامج التي تشاهدها ابنتهم لأنها تؤثر في أفكارها وسلوكها مستقبلاً.
- تقريب الفتاة من البنات المحجبات لكي تحب الحجاب وتقتنع به.
- تشجيع الفتاة عند بلوغ السن التكليفي، وإقامة احتفال لها بتتويجها بالحجاب، وجلب الهدايا لها.
- في بداية السن التكليفي عدم الضغط على الفتاة بضرورة الحجاب الإسلامي الكامل وانما التنبيه بأسلوب غير مباشر.
- شراء الحجابات ذات الألوان الجميلة والمناسبة لعمر الطفلة لكي تحب الحجاب.
- التعزيز الإيجابي من قبل الوالدين كلاهما عند ارتداء الفتاة المكلفة الحجاب مع ضرورة عدم التناقض في الأفكار ووجهات النظر بين الأبوين مثلاً أحدهما يشجع على ارتداء الحجاب والآخر يرفض ارتداء الطفلة الحجاب بحجّة أنها ما زالت صغيرة فهذا السلوك يؤثر سلباً على شخصية الطفلة، ومن ثمّ لا تقنع بارتداء الحجاب والتمسك به مستقبلاً.
- توضيح الفكرة ضرورة ارتداء الحجاب من خلال الأمثلة الواضحة لكي تتعلم منها لماذا هي ترتدي الحجاب فمثلاً (أعطيتها قطعتين من الحلوى وخيّريها بين القطعة الملفوفة بالغطاء والقطعة المنزوع عنها الغطاء. وبهذه الطريقة البسيطة ويكون التحاور معها حول أهمية الحجاب للمرأة بصورة عامة وبطريقة غير مباشرة.
- وحول هذه المشكلة أجاب سماحة الشيخ الدكتور عماد الكاظمي الأخت السائلة، قائلاً:
- بوركتم لهذا التفكير في التربية الإسلامية للأبناء، وحفظكم قدوة كريمة لأبنائكم وغيرهم.. مما لا يخفى عليكم أننا الآن أمام مسؤوليتين مهمتين أساسيتين، الأولى: تكون في وجوب تعريف أبنائنا الأحكام الشرعية المتعلقة بهم بعد بلوغهم سن التكليف، وتمسكهم بها. والأخرى: أهمية تحصينهم بالثقافة الإسلامية التي تحافظ عليهم من الثقافات الأخرى التي تحاول تلويث فطرتهم وعقائدهم.

والحجاب من ضروريات أحكام الشريعة الإسلامية المقدسة بالنسبة للمرأة، ويحتاج لمثل هذه المشكلة اتباع خطوات متعددة ومختلفة في آن واحد، مثلًا منها: بيان أنَّ هذا واجب من الله تعالى ويجب على العباد تطبيق هذا الواجب مثل الصلاة والصيام في شهر رمضان، مع ضرب أمثلة عملية تقريبية في تطبيق الواجب ولا يمكن مخالفته كما في المدرسة مثلًا وغيرها، أو تشجيعها على الحجاب من خلال إعطائها هدية معينة قريبة إلى نفسها ابتداء، أو محاولة إظهار بعض صور الفتيات المحجبات من أقاربها وصديقاتها وجيرانها أو غيرهم، أو مفاتحة مُدَرِّسة التربية الإسلامية أو الإدارة في المدرسة على تشجيع الطالبات على الحجاب. وغير ذلك من السُّبُل التي يمكن التأثير بإقناعها ..

- على كل حال لا بد -ابتداء- من إقناعها بالحكمة والموعظة الحسنة.

حفظها الله لكم ولأبيها وإخوتها بنتًا كريمةً مؤمنةً صالحةً، نفخر بها إنْ شاء الله تعالى، مع الدعاء إليكم بالتوفيق والتسديد.

زكاةُ الجمالِ

دعاء فاضل الربيعي /النجف الأشرف



ها هـي أيام الدراسة الثانوية قد مضت وتصرّمت، والعام الدراسي قد انتهى، وأيامه رحلت بكّل ما فيها من جدّ وتعب واجتهاد، وتأهلت ولاء ومريم لدخول الجامعة بعد حصولهما على معدل يخولهما الدراسة في كلية الآداب. كانتا فرحتين مسرورتين وتتهيئان لبيئتهما الاجتماعية الجديدة المتمثلة بالجامعة. وفي أحد الأيام سألت ولاء رفيقتها مريم.

ولاء: ما هي استعداداتكِ وتحضيراتكِ؟

مريم: أي استعداد تقصدين المادي أم المعنوي؟

فإني بحمد الله ومنّه استعددت معنوياً بالإطلاع على بعض الكتب وقراءة جملة من المواضيع التي تتحدث عن الحياة الجامعية، وعن كيفية التصرف داخل أروقتها أنصحك بالاطلاع على ذلك.

ولاء: جيد وما هي تحضيراتك المادية من قبيل الملابس والمستلزمات الأخرى، فهذه الأمور مهمة أكثر من القراءة والاطلاع، فالشكل والمظهر الخارجي هو الأساس.

مريم: نعم المظهر مهم، وهو ما يعكس شخصية المقابل ويحدد أسلوب حياته، ولكن الأمور المعنوية مهمة أيضاً ولها تأثيرات ومردودات إيجابية. ولأني أهتم بالاثنين معاً فقد ذهبت البارحة مع والدتي وابتعت بعض الملابس الأنيقة والمحتمشة في الوقت نفسه وحرصت أن تكون ملابسي فضفاضة ولا تبرز مفاتني وتفاصيل جسمي أود أن أكون مرتبة ومراعية لمعايير العفة في الوقت نفسه.

ولاء: آه يا مريم كم أنتِ رجعية وما زلت تصرين على ارتداء الأزياء القديمة والملابس التي لم تعد صالحة لوقتنا وزماننا، أنت مخطئة فيما تعتقدين. أما سمعت أنّ الله جميل ويحب الجمال، فالله يحبّ أن يرى عبده جميلاً متزيناً ومظهراً لما أنعم الله عليه من جمال ومحاسن خَلقية.

مريم: عجبٌ يا أختاه من قال إن المراد من هذا الحديث هو إبراز الجمال للاخرين دون حصر أو قيد؟ اعلمي يا ولاء أن (زكاة الجمال العفاف)! وأن الله تعالى إذا أنعم على العبد بنعمة الجمال فعليه أن يزكيها ليحافظ عليها كما قال سادتنا (كل ما أديت زكاته فهو مأمون السلب)؟، ومن هذا الحديث المبارك يتبين لنا أهمية التزكية وضرورتها للحفاظ على النعم الإلهية من النقص أو الزوال، ويعد الجمال نعمة من نعم الله تعالى التي يتوجب علينا المحافظة عليها وصيانتها.

ولاء: وما المراد بالعفاف؟

مريم: أن العفة يا زميلتي هي حالة قدسية عالية وطاقة إيمانية كبيرة تغشى المؤمنة حينما تتزين بلباس التقوى والعفة والفضيلة، وعلى المسلمة أن تلتزم بالحجاب، لأن شيمتها العفة والوقار. وإذا أرادت أن تحافظ على جمالها وتصونه من كل ما يدنسه ويحرفه عليها أن تستر بدنها بالحجاب الشرعي الذي لا زينة معه ولا ريبة. وها أنتِ يا أخيّة مقبلة على الدراسة في الجامعة المختلطة والتي يكون فيها أخوتنا وزملاؤنا وعليكِ أن تتوخي الحذر بزيّك وبطريقة حديثك ومعاملتك للطلاب، وعليكِ أن تعكسي صورة جيدة لدينك ومعتقدك، ويتوجب أن تكوني مقتدية بسيدتي الزهراء عليها السلام لأننا محبون وموالون لها وعلينا أن نتخذها قدوة وأنموذجاً.

ولاء: حسناً يبدو أنني اقتنعت بحديثك، وسأحاول أن أهتمّ بزيّي ومظهري وأراعي الحشمة والوقار فيه.

قالت وقلنا

قالت: أنا أكره صديقتي نسرين لأنها تتكلم عنّي بسوء عند غيابي.

قلنا: وكيف عرفتِ أنها تتكلم عنك بالسوء؟

قالت: أنا أظن ذلك، فعندي حدس كبير.

قلنا: أنتِ مصابة بمرض سوء الظن، الذي يعمل على نخر العلاقات وإفسادها، ويقطع أواصر المحبة بينكِ وبين صديقاتكِ.

قالت: لماذا تضخمون الأمر إنها مسألة بسيطة!؟ وماذا يحصل إذا ما أسأت بها الظن؟

قلنا: لأنَّ بقاء ظن السوء في قلبكِ يجعلكِ تقولين ما لا ينبغي، وتفعلين ما لا ينبغي، فتقع العداوة والبغضاء بينكِ وبين أختكِ وصديقتكِ. جاء في القرآن الكريم (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ)، إن استخدام مفردة (اجْتَنِبُوا)، أي نبتعد عن الكثير من الظنون الواهية في سبيل أن لا يقع (بَعْض) أي القليل من الظنون السيئة، فالقليل من الظنون السيئة هو كبير الوقع وكثير الضرر، لذلك يجب أن يعامل المؤمن أخاه المؤمن معاملة حسنة ويأخذه على الظاهر، ويترك تنقيب السرائر التي لا يعلمها إلا الله تعالى.

قالت: من الآن سوف أتعامل مع صديقتي نسرين وجميع صديقاتي بالظن الحسن الجميل، وآخذ جميع تصرفاتهن وأفعالهن بالنية الحسنة، حتى وإن بدر منهن ما يزعجني، فألتمس العذر لهن عند الزلل، حتى أحرز رضا الله عز وجل، وأحافظ على جميع العلاقات التي أنا بحاجة إليها في مجالات الحياة المختلفة، فلا أخسر أختاً في الله.



أنوارك شعبان

شعر: حيدر صباح

هلَّت أنوارك شعبان   صارت للفرحة عنوان
واخضرَّت فيه الأغصان   نورٌ قد عمَّ الكونين
مولودٌ في اليوم الثالث   مبروكٌ وإمامٌ ثالث
فهو السبط وهو الوارث   روحي أفديها لحسين
والرابع يوم العباس   حامل ألوية النبراس
بطلٌ آزرَ خير الناس   وبهمته يحمي الدين
والخامس يوم السجاد   بالمولد يحلو الإنشاد
وبه يفتخر العُبَّاد   دعوتهُ حقٌ ويقين
فرج الله بنصف الشهرِ   مولودٌ في وقتِ الفجرِ
مهديٌ يهدي للنصر   في طلعتهِ تهنا العين

الزهراء قدوتنا

دلال العطار/ لبنان



القدوة هي تلك الميزان الذي يقيس عليه الإنسان تصرّفاته، موضحاً له معالم الطريق الذي ينبغي عليه سلوكه، وما يتوجّب عليه فعله وتركه. فوجود القدوة الحقّة في حياة الإنسان يتيح له إمكانية الوصول إلى الأهداف العالية، ويبعث في نفسه أملاً بأنّ هناك مَن استطاع الوصول قبله، فيشعل في قلبه حماسة تدفعه للاستمرار دوماً وعدم التوقّف، لأنّ حياة القدوة تمثّل له النموذج الأصحّ والأسلم ليجعل من حياته ميزانا لكلّ أموره وشؤونه. قال الله عزوجل ﴿أُوْلَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهُدَاهُمُ اقْتَدِهْ قُل لا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِنْ هُوَ إِلاَّ ذِكْرَى لِلْعَالَمِينَ﴾، ومن هنا نستدل أن السيّدة الجليلة فاطمة عليها السلام بشخصيتها القيادية التي امتازت بها كانت وما زالت وستبقى قدوة حسنة وأنموذج يقتدى به. فخلال حياتها قامت عليها السلام بدور القائد الحقيقي، لقد كانت قيادية بكلّ معنى الكلمة، حيث تحمّلت سيدة النساء عليها السلام مسؤوليات كبيرة وأعباءً شتى، وكانت ناجحة في كلّ تجاربها الحياتية منذ النشأة إلى ريعان الشّباب، فقد عاشت عليها السلام الزهد وتخلت عن ترف العيش، إذ كانت تخدم في بيتها، وتخدم أبيها صلى الله عليه وآله قبل ذلك، وتُساعد في الحروب وتُهون عليه.

وكانت عليها السلام تعلم النسوة، وتكتب وتخطب وتمارس دورها الاجتماعي والسياسي كأفضل ما يكون، قائلة للمرأة على مرّ الدّهور إنها مخلوق مكرم، لها هدف في هذه الحياة، وعليها تسخير طاقاتها وحضورها في كلّ الساحات، فتكون المجاهدة والمربّية والمعلّمة والملتزمة بالحقّ والمدافعة عنها، كما يقول الإمام الخمينيّ قدس سره: (إنّ مختلف الأبعاد التي يمكن تصورّها للمرأة وللإنسان تجسّدت في شخصية فاطمة الزهراء عليها السلام، لم تكن امرأة عاديّة، كانت امرأة روحانيّة ملكوتيّة).

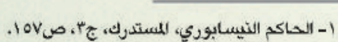
هذه المرأة الجليلة نفسها كانت أُمّا وكانت زوجة وكانت ربّة بيت، وقد ورد على لسان أصدق البشر

وأكملهم محمّد ﷺ، ما يحدّد منزلتها من الله تعالى، ومنه أنّها هبة إلهية، وحوراء إنسيّة، وممّا رُوي عنه ﷺ قوله: (يا فاطمة ألا ترضين أن تكوني سيِّدة نساء العالمين، وسيِّدة نساء هذه الأمة، وسيدة نساء المؤمنين)[1].

فنعم القدوة الصالحة التي نحتذي بها وخاصّة وقد عرّفها رسول الله ﷺ بأنّها امرأة غير كل النّساء، إنّها سيِّدة النساء لما تحمله من صفات فريدة وجليلة .

ففي جناب التربية تقدم الزهراء ﷺ لنا النموذج الراقي للمربية الواعية التي تكفلت بتربية أطفالها أحسن تربية، فكانت ﷺ تعلم ولديها الإمامين الحسن والحسين ﷺ خطب رسول الله الأكرم ﷺ، فترسلهما إلى المسجد لسماع خطب جدهما النبي ﷺ، وبعد فراغه يعودان إليها فتسألهما عما سمعا، ثم كانت تعيد الكرة بحضور أبيهما أمير المؤمنين ﷺ ليطمئن قلبها وقلبه على سيرتهما التربوية. وهكذا تغرست هذه العلوم والمعارف من الجد ومن الأب ومن الأم.

وهنا ندرك بأن قيادة الأسرة والمنزل تفوق أهمية قيادة المجتمع، لأن اللبنة الأساسية التي تساهم في بناء الأمة تنبع من التربية الصالحة والأسرة المتحابة على الخير والصلاح، ونستطيع ان نقول بأن السيدة الزهراء ﷺ سلطت الضوء على أهمية وجود المرأة في حياة الرجل، ومدى تأثيرها العميق في الحياة الأسرية سواء كانت في موضع الفتاة أو الزوجة أو الأم، لأن الأم هي المربية والمضحية بالمصالح الخاصة من أجل سعادة الأمة والمجتمع فالأمة تستلهم الدروس والعبر من مواقف السيدة الزهراء ﷺ وبطولاتها كما تستلهم الدروس والعبر من مواقف أبنائها المعصومين ﷺ ببطولاتهم وحملهم هموم الإسلام.



١- الحاكم النيسابوري، المستدرك، ج٣، ص١٥٧.



المعرفة قوة



خولة القزويني/ الكويت

المرأة مخلوق ناعم، حساس، مرهف، عاطفي، وهي من سمات الأنوثة التي يغلب عليها الخضوع والانقياد، لكنها بالرغم من طراوة هذا الغلاف وشفافيته تمتلك قدرة هائلة على التأثير متى ما عرفت كيف توظف هذه العناصر بشكل متقن ومقنن.

فدموع المرأة الصادقة تؤثر؛ صوتها المفعم بالرقة والحنان يؤثر؛ كلماتها المشبعة بالعاطفة تؤثر؛ مواقفها تؤثر؛ ولكن هناك غذاء تحتاجه المرأة ليهذب هذه الأدوات بشكل إيجابي وبقوة موجهة حتى تؤثر على أسرتها وعلى محيطها الاجتماعي بشكل عام؛ هذا الغذاء يتجسد في المعرفة الهادفة والثقافة البناءة. فعقل المرأة حينما يتشبع بالمعرفة السليمة فإنها تفكر بشكل أفضل من المرأة ذات العقل الفارغ، وهي أيضاً وقاية لها من أمراض الشيخوخة والاكتئاب. فقد أجرت مجلة (سيكلوجي توداي) دراسة على (١٣٠٠) شخص فوجدت أن الأشخاص الذين لهم أنشطة ثقافية معرفية كانوا أقل عرضة للموت خلال التسعة أعوام التي مثلت الدراسة من أولئك الذين ليس لهم أنشطة ثقافية. فالقراءة مصدر مهم لتحفيز النظام المناعي للإنسان إضافة إلى أنها تزيد من أداء المخ بشكل يحمي من الاكتئاب. فالمرأة التي تثقف نفسها وتقرأ باستمرار تعرف كيف تتخذ القرارات الصائبة وكيف تتخطى مصاعب الزمن وكيف تدير مشاكلها الزوجية، والأهم كيف تربي أولادها. فالثقافة تعزز ثقتها بنفسها وتكسبها جمالاً في البيان وطلاوة في اللسان ومنطقاً في التفكير.

والآن فرى اتخاذ هذا السلاح لتبني ذاتك وأسرتك ومجتمعك؛ إنها المعرفة والثقافة. وقد أكد الأديب الفرنسي (فولتير) هذا المعنى في قوله: (المعرفة قوة).



فكرة خاطئة

أمل فاضل

في ظل التقدم والتطور الذي يشهده العالم نرى ظهور أفكار ترجع بنا إلى الخلف، بعيدة كل البعد عن ما يسمى تطور أو ثقافة. فنرى أن هناك آراء كثرت وتشابكت حول الحجاب واستهانت به، فأصبح عند بعضهم زينة، متناسين ما جاء في قوله تعالى: (وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ آبَاء بُعُولَتِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَاء بُعُولَتِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخَوَاتِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوِ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُوْلِي الْإِرْبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوِ الطِّفْلِ الَّذِينَ لَمْ يَظْهَرُوا عَلَى عَوْرَاتِ النِّسَاء وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِن زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ).

فأصبح الحجاب مجرد وضع شيء يستر الرأس لا غير، وبعض يراه أنه تقييد لحرية المرأة وتخلف، ولكنه في الحقيقة صيانة لها، وهو علو وشرف لها، وبه تكون كالدرة المكنونة لا يصل إليها كل من هبّ ودبّ. كما إن المرأة المحجبة تستطيع أن تمارس حياتها بصورة طبيعة إلى جانب أخيها الرجل، فلا ننجرف مع الأفكار السلبية التي تحارب ستر المرأة وتحاول أن تشوه صورة الإسلام بأنه يسلب حريتها، فعن أمير المؤمنين (عليه السلام): (صيانة المرأة أنعم لحالها وأدوم لجمالها).

فليس التقدم بالتبرج أو اللبس المبهرج الذي لا يليق بالمرأة المسلمة المحجبة، وليكن هذا اللقب (محجبة) تاجاً على الرأس ودرعاً لا مجرد اسم نحمله. ولنبتعد عن كل ما يحول تقدمنا وتقريبياً من الله تعالى، وخير مثال قدوتنا الزهراء والسيدة زينب (عليهما السلام) فهن ملكتان قد زاد من كمالهما وعلوهما الحجاب. فنرى مولاتنا الحوراء (عليها السلام) حين وقفت إلى جانب أخيها الحسين (عليه السلام) لم يقف حجابها حائلاً دون النهوض بمسؤولياتها الرسالية في واقعة الطف وما بعدها، كذلك لم يمنع الحجاب أي امرأة من تسنم مراتب متقدمة في مجتمعها. فلم هذه الفكرة الخاطئة التي لا تؤثر إلا بذوي العقول الجاهلة بأنه تقييد وتخلف؟! فلنرتقِ بحجابنا حتى ننال رضى الله والسعادة الأبدية.

الجميل بين النكران والشكران

بتول عرندس/ لبنان



الحياة جميلةٌ جداً، فبخلاف ما يدعي المتشأمون تعدُ الحياةُ محطةً لاختبار البشر الذين بقدر جهودهم وتضحياتهم وعطائهم يزرعون الأمل والنجاح والاستقرار المُجتمعي. وكم نحنُ بحاجةٍ إلى هؤلاء كي نستشعر حلاوة الحياة، بعيداً عن الأجواء السلبية التي يتسببُ بها ذوو النفوس الشريرة والعدائية المريضة. فحين تعطي وتزرعُ ابتسامة على وجه أخيك، وتساعد هذا وذاك، تكون موضع الرضا الإلهي، لدورك البنّاء في خدمةِ المجتمع الإسلامي، مُجتمع التمهيد لظهور إمام الزمان ﷺ.

ولكن ماذا لو لم يحصل ذاك الإنسان على التقدير والشكر والتحفيز الذي يستحقه ويدفعه للعطاء بشكل أفضل وأقوى، بأن ينكر الآخرون بألسنتهم ما تقرّ به قلوبهم وضمائرهم من المعروف والصنائع الجميلة، أن ينكروا من عاونهم على قضاء حاجةٍ أو تخطي مشكلةٍ أو الترقي والتقدم في مجالٍ ما.

نعم، إنه لمن أكثر الأمور التي تفقد الإنسان الشعور بقيمة الإنجازات التي يقدمها والتضحيات التي يهبها والطاقات التي يبذلها، هو الخذلان ونكران الجميل وغياب التحفيز، وهو بعدُ ينعكس على الإنسان المعطاء، فيفقد بالدرجة الأولى الثقة بالآخرين من حوله، ويشعرُ بظلم مقيتٍ. فالوفاء وتقديرُ المعروفِ قيمةٌ باهضةٌ لا يقدرها السواد الأعظم في عصرٍ أُثكلت فيه القيم والمبادئ وحتى المشاعر الإنسانية.

وفي هذا المجال، على الإنسان أن ينتظر الأجر من الله دائماً، ومن ثم الحيطة في التعامل مع الناس، فـ(المؤمن لا يلدغ من جُحر مرتين)، فيُصنف تلقائياً، وبناءً على تجاربه، من يستحق العطاء ومن لا يستحق أن نقدم لهم الجميل.

علينا دائماً أن نتعلم من أخطائنا كي لا نندم أو نلوم أنفسنا. فكم من إنسانٍ ساندناه في موقفٍ حرجٍ جازانا بالنكران والإهمال وعدم الاكتراث. وفي معظم الأحيان فإن تقديم المعروف لن يقابله معروفٌ مثله، لأن العطاء قيمةٌ نادرة، ولا أبالغ في اعتبارها نعمةً يخصُ بها الله كرام خلقه، لأن المعطاء إنسان كريمٌ بطبعه وفطرته لا يستطيع أن يتجاوز هذه القيمة الأخلاقية أو تغييرها.

وفي المقابل فإن رد الجميل صفة حميدةٌ أخرى لا تتوفر إلا لدى الإنسان الخلوق النقي الصادق الوفي والمخلص، فهؤلاء يبقون دائماً في دائرة الشكر والحمد والثناء لله أولاً، وللناس من بعده.

علاوةً على ذلك، فإن الإنسان المعطاء لا ينتظر في أغلب الأحيان الجزاء من أحد، ويؤمن أن الله تعالى لا ينكر له معروف (فَمَن يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ)، ونحن اليوم أحوج إلى غرس قيمة العطاء وتعزيزها في نفوس الناشئة.

كلنا أذكياء ولكن

الجزء الثاني

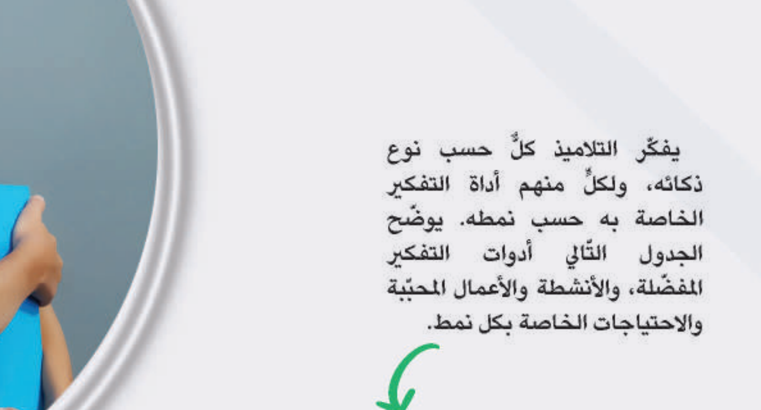
زينب صالح/ لبنان

تكلمنا في القسم الأول من هذا المقال عن الذكاءات المتعددة، وكيف أن لكلّ طفلٍ نوعاً معيناً من الذكاء يتطلّب نمطاً محدداً من طرق التعليم. وذكرنا أنّ انواع الذكاءات قد تتداخل بعضها ببعض، فنجد مثلاً أنّه ثمّة طفل ذكاؤه بصري وسمعي، الخ..

ليس هناك طفلٌ غير ذكي، إذ لو تلقّى كل طفلٍ تعليماً يتناسب مع ذكاءاته، لكان تلميذاً متفوقاً، ولتغيّرت الكثير من الحقائق التربوية الحالية. فالمطلوب إذن تغيير طرق التدريس ومناهجه بحيث يتلقى التلميذ تعليماً يتلاءم مع ذكاءاته.

يوضّح الجدول التّالي طرق التّدريس المفضّلة لدى كل نمط من الطلبة والأدوات التعليمية الملائمة لهم والأنشطة المفضّلة:

الذكاء	طرق التدريس المفضلة	أدوات تعليمية	الأنشطة المفضلة
اللفظي	محاضرة، نقاش، الكلمات المتقاطعة، رواية القصص، قراءة النوتة الموسيقية، كتابة السيرة الذاتية.	الكتب، جهاز التسجيل، الآلة الطابعة، مجموعات الطوابع.	أقرأ، أكتب، تحدث، استمع.
المنطقي – الرياضي	حل المشكلات، التجارب العلمية، جمع الأرقام في الذهن، الأرقام المتقاطعة، التفكير النقدي.	الآلة الحاسبة، الحَسَّابات اليدوية، الأدوات العملية، ألعاب الرياضيات.	قم بالقياس، فكر عنها بشكل انتقادي، ضعها في إطار منطقي، قم بتجربتها.
المكاني – البصري	عرض بصري، أنشطة فنية، ألعاب التخيل، الخرائط الذهنية، المجاز، التصور، التخيل.	الرسم البياني، الخرائط، الفيديو، ألعاب التركيب، الأدوات الفنية، الخدع البصرية، الكاميرات، الصور.	انظر، ارسم، تخيّل، لوّن، ارسم خريطة ذهنية.
الجسمي – الحركي	التعلم باليد، التمثيل، الرقص، الرياضة البدنية، الأنشطة اللمسية (اللمس) تمارين الاسترخاء.	ألعاب التركيب، الصلصال، الأدوات الرياضية، مصادر التعلم اللمسي.	ركب، الأداء، المس، حس.
الموسيقي الإيقاعي	تعلم النغم، الطرق، استخدام الأناشيد والمراثي كجزء تعليمي.	جهاز التسجيل، جمع الأشرطة، الأدوات الموسيقية.	أنشد، أطرق، طبل، استمع.
الاجتماعي	التعلم التعاوني، تعلم الرفاق، مشاركة المجتمع، اللقاءات الاجتماعية.	جهاز التسجيل، تنظيم الحفلات، يلعب أدوار مختلفة.	درس، تعاون مع، تفاعل مع، احترم
ذاتي – تأملي	تعليمات فردية، الدراسات المستقلة الذاتية، بناء الثقة بالنفس، احترام الذات.	أدوات بناء الذات، السيرة الذاتية.	مرتبط بالحياة الشخصية، إعطاء خيارات مع الرجوع إليها، الاستبصار الذاتي
طبيعي – بيئي	دراسة الطبيعة، الوعي البيئي، العناية بالحيوانات، الرحلات، الجولات، التجارب، متابعة الظواهر الطبيعية.	النبات، الحيوان، أدوات مراقبة الطبيعة مثل المناظير، أدوات الحقائق	معايشة الأحياء (نبات + حيوان). متابعة الظواهر الطبيعية



يفكّر التلاميذ كلٌّ حسب نوع ذكائه، ولكلٍّ منهم أداة التفكير الخاصة به حسب نمطه. يوضّح الجدول التّالي أدوات التفكير المفضّلة، والأنشطة والأعمال المحبّبة والاحتياجات الخاصة بكل نمط.

الذكاء	التفكير	حب العمل	الاحتياجات
لفظي لغوي	بالكلمات	القراءة والكتابة وسرد القصص ولعب الأطفال اللفظية والتلاعب بالألفاظ	الكتب، الأشرطة، أدوات الكتابة، الورق، المفكرات، الأحاديث، مناقشة، مجادلات وقصص.
منطق رياضي	بالمنطق	التجريب، الاستفسار حل الألغاز، العمليات الحسابية.	أدوات التجربة، المواد العلمية، استرجاع معلومات، رحلات، المتاحف العملية.
مكاني – حركي	صور، وتخيلات.	التصميم، رسم، تشخيص، الاستقراء.	الفن، الشعارات، فيديو، أفلام وسينما شرائح، ألعاب تثير الخيال، ألعاب المتاهات، ألغاز، كتب مصورة، رحلات إلى متاحف الفن.
حركي جسمي	بالإحساس.	ركض، قفز، بناء، لمس، الإيماء.	تمثيليات، مسرح الحركة، بناء الأشياء، الرياضة، والألعاب الجسمانية، تجارب بقصد إثارة الذكاء، التعلم.
موسيقي إيقاعي	عبر الشعر والأناشيد.	إنشاد، صفير، طنين، الخبط بالأيدي والأرجل، الاستماع	رحلات، احتفالات طلابية، عزف الموسيقى في المدارس والمنازل، وأدوات موسيقية.
اجتماعي	باسترجاع الأفكار من الآخرين.	زيادة، تنظيم، الانتماء، المشاركة، التجمع، التجمهر.	الأصدقاء، الألعاب الجماعية، الأمسيات الاجتماعية، حوادث المجتمع من أفراح وأحزان، أندية.
تأملي – ذاتي	الارتباط باحتياجاتهم، شعورهم وأهدافهم	وضع الأهداف، تأمل، أحلام، تخطيط، تخطيط عميق.	أماكن سرية، العزلة، مشاريع ذاتية، خيارات.
بيئي طبيعي	عبر الطبيعة والأنماط الطبيعية.	اللعب مع الحيوانات الأليفة، الفلاحة، استغلال الطبيعة، تربية الحيوانات، الاهتمام بالأرض	التعرف أو البقاء في الطبيعة مع الحيوانات، أدوات لاكتشاف الطبيعة (مثال: العدسات المكبرة والمناظير).

أطفالنا وعشق القراءة

زينب العارضي/النجف الأشرف

كسحب محملة بالمطر تأتي ويأتي معها الخير والنماء.

كقصائد أمل يردّدها كل متفائل بغد جميل ومستقبل أجمل مليء بالسعادة والهناء.

إنهم فلذات الأكباد...هم الأبناء، الذين استودعهم الباري تعالى بين أيدينا؛ لننقش على صفحات أرواحهم الخير والجمال، ونأخذ بأيديهم إلى كل سمو وكمال، ولا نفسح أمام أي خطر على نقاء أرواحهم المجال.

فلنبدأ منذ أول حياتهم، وتبلور وعيهم، بتغذيتهم بالعلم والمعرفة. نقرأ لهم ونحلق برفقتهم في عوالم الثقافة، حتى نجعلهم يتعلقون بالكتاب والقراءة، ونحافظ على نقاء عالمهم المفعم بالنقاء والبراءة.

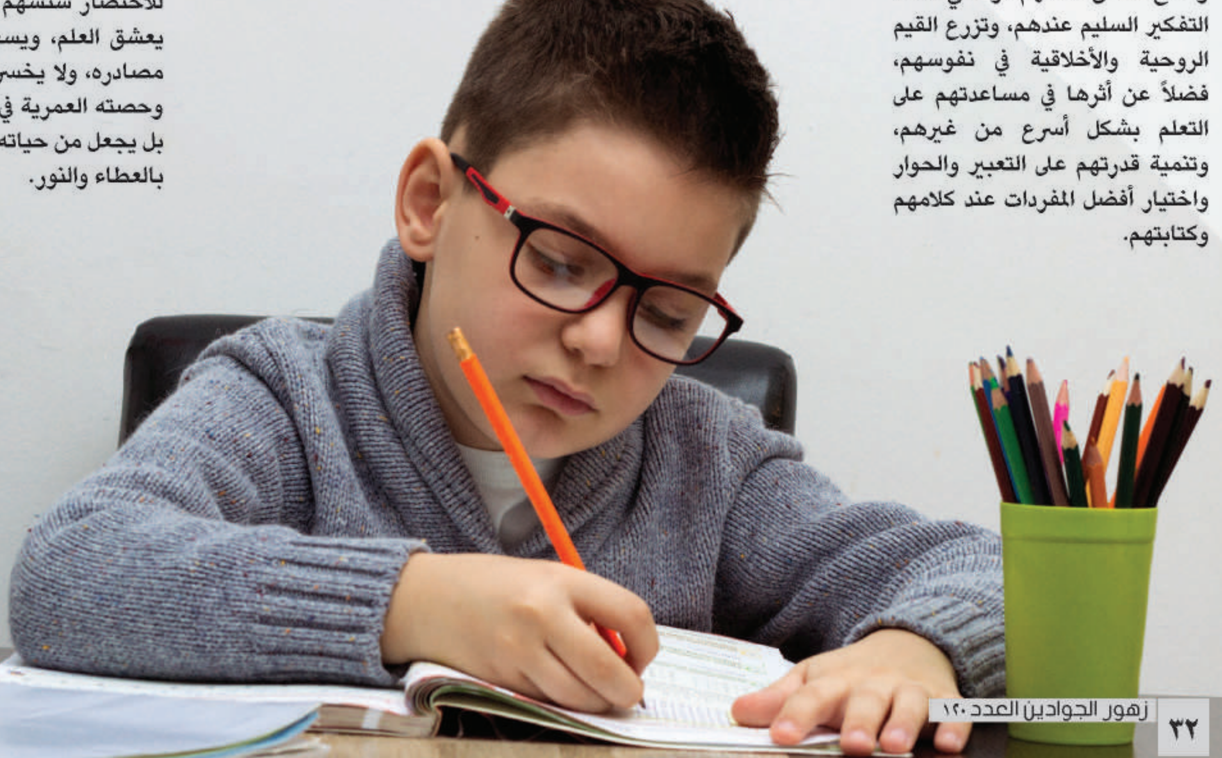
فالقراءة توسع دائرة خبراتهم، وتفتح الآفاق أمامهم، وتنمي ملكة التفكير السليم عندهم، وتزرع القيم الروحية والأخلاقية في نفوسهم، فضلاً عن أثرها في مساعدتهم على التعلم بشكل أسرع من غيرهم، وتنمية قدرتهم على التعبير والحوار واختيار أفضل المفردات عند كلامهم وكتابتهم.

ولا يخفى ما في الانفتاح على عالم القراءة من زيادة الحب والانسجام بين الأبناء وأهلهم، لا سيما إذا رافقوهم في قراءتهم، وجلسوا قربهم واسمعوهم أولا ثم استمعوا إلى انطباعاتهم وأسئلتهم، وأجابوهم بما يتناسب وسنهّم ومرحلتهم. فهذا الوقت سيكون من أجمل ساعات عمرهم، وألطف ذكرياتهم، التي سينقلونها بحب فيما بعد إلى أولادهم، ويبثونها بين أحبتهم في محافلهم وجلساتهم. ومن البديهي أن غرس حب القراءة بشكل عام ينطلق من أسرة تهتم بهذا الأمر، وتدرك ما فيه من عظيم النفع والأثر، وأنها بعملها هذا تكون قد أهدت أولادها كنزاً عظيماً يثري حياتهم أكثر من أي شيء آخر.

إن مما يسهم في عزوف أكثر أولادنا عن القراءة لا سيما في المراحل الأولى من حياتهم، وفرة القنوات الفضائية التي تتنافس فيما بينها فتقدم كل ما هو ممتع وجذاب لهم، مع غياب دورنا وفسح المجال أمام أولادنا لقضاء أوقاتهم كما يحلو لهم، دون قوانين تعلمهم كيف يخططون ليومهم، ويستثمرون دقائق أعمارهم بين اللعب النافع والقراءة الممتعة والكتابة المثمرة وسائر ما يناسب المرحلة العمرية التي تخصهم، وكذلك ضعف توجهنا للكتاب والقراءة وعدم كوننا قدوة لهم.

ويستمر الأبناء في قضاء أغلب أوقاتهم أمام الشاشات. ومع مرور الأيام يبدأ الإدمان على ذلك والفرار من التكاليف والمسؤوليات، ونشعر بالمعاناة وتبرز المأساة في المدرسة عندما نلحظ تدني مستوى أولادنا وتثاقل خطواتهم إلى مدارسهم؛ نتيجة طول سهرهم لمتابعة البرامج المفضلة لديهم.

ومن هنا، لا بد أن نلتفت إليهم، ونسعى مبكراً إلى خلق علاقة طيبة بين القراءة وبينهم، وهذا يستدعي أن نكون قدوة حسنة لهم، كما لا بد من توفير مكتبة تحفل بالكتب النافعة التي تستقطب اهتمامهم، مع تقليل الشواغل والملهيات، وعدم وضع أجهزة التلفاز في غرف النوم وتقليص ساعات المتابعة للفضائيات. فبهذا وغيره مما لم نذكره رعاية للاختصار سنسهم في صنع جيل واع يعشق العلم، ويسعى لاكتسابه من مصادره، ولا يخسر ثروته الوجودية وحصته العمرية في سفاسف الأمور، بل يجعل من حياته لوحة غنّاء تزخر بالعطاء والنور.





الغيرة عند الرجل والـمرأة

أ.د.سعاد سبتي الشاوي
كلية التربية للبنات/ جامعة بغداد

إن الغيرة شعور فطري طبيعي عند كل أنسان خلقه الله سبحانه وتعالى، وهي أنفعال مركب يجمع بين حب التملك والشعور بالغضب نحو الآخرين الذين تمكنوا من تحقيق أهدافهم التي لم يستطع الشخص الغيور تحقيقها مما ينجم عنها أحيانا بالتشهير بالآخرين أو مضايقتهم.

هناك تفاوت وأختلاف بين درجات الغيرة، فمنها الغيرة الطبيعية أو المعتدلة والتي تتمثل بالغيرة في الحب والغيرة بين الافراد والتي لا تتسبب بحدوث أي نوع من المشاكل، وهناك الغيرة غير الطبيعية أوالمفرطة وهي من أخطر أنواع الغيرة والتي لها أضرار على العلاقات بين الاشخاص وتكون مصدر رئيسي لحدوث الكثير من المشكلات وقد تصبح شديدة جدا فتصل الى درجة الشك بالسلوك فتتحول من محبه وأعزاز إلى عدم أحساس بالأمان فتكون كالقيد الذي يخنق الطرف الآخر مما قد يؤدي إلى الانفصال على الرغم من الحب المتبادل.

إن الغيرة تمنح الحياة الزوجية نكهة خاصة، فمن خلالها يشعر كل من الطرفين بمدى حب وحرص الطرف الآخر له، فعندما تشعر الزوجة بالغيرة على زوجها فإنها تعمل على أرسال رسالة ضمنية بأنها تحبه وتخشى فقدانه وبالمقابل فأن هذه الرسالة أنما ترضي غروره وتشعره بالسعادة وأنه مرغوب به، فضلاً عن ذلك فإنها وجه من وجوه التعبير عن الالتزام وإعلان عفوي من الزوج عن عمق محبته ورغبته وألتزامه بهذه العلاقة الزوجية.

لقد تباينت الدراسات بخصوص اختلاف درجة الغيرة عند الرجل عنها عند المرأة فقد اظهرت أحدى الدراسات أن غيرة الرجل تميل إلى الحدة أكثر من المرأة بعكس ما يعتقده البعض من الناس، ولكن هذا لا يعني أن المرأة خالية من مشاعر الغيرة ولكن هناك توازن في مشاعر الغيرة لديها، وهناك من يرى أن المرأة تصاب بالغيرة الشديدة أكثر من الرجال في الحياة الطبيعية، وبغض النظر عمن تكون لديه الغيرة أكثر فأن من مظاهر الغيرة الشجار وتبادل الكلمات والمجادلة العنيفة بين الزوجين، والتطفل الزائد عن الحد والتجسس على خصوصيات الطرف الآخر وتغيير الموضوعات وإدخالها بموضوع الشك فضلاً عن الانزعاج الدائم والغضب المستمر.

هناك عدة خطوات يستطيع كلاً من الرجل والمرأة أتباعها للتخلص من مشكلة الغيرة وهي:

- تحديد أسباب الغيرة للسيطرة على الشعور بها.
- تعزيز الثقة بالنفس.
- تجنّب المقارنة مع الآخرين، فلكل شخص صفات تميزه عن الآخرين.
- النقاش مع الطرف الآخر من خلال الحديث مع الشريك بطريقة لبقة، وتجنب الانفعال والتوتر عند الحديث.
- استخدام العقل وتجنب التسرع في الحكم على الأمور، وتحكيم العقل عند حدوث أي شك من قبل الطرف الآخر.
- التخلّص من الشعور بالأنانية لأن هذا الشعور يولّد الشعور بالغيرة المفرطة.

إذاعة أسرار شريك الحياة

العلاقة الزوجية قائمة على عقد مقدس وميثاق غليظ بين الزوجين. فالمرأة لباس ساتر للرجل والرجل لباس ساتر للمرأة؛ وعليه ينبغي أن يصون كلا الزوجين عيوب شريك حياته وأخطاءه ولا يذيعها للناس؛ لأن فضح هذه العيوب حرام شرعاً وتدخل في باب الغيبة أيضاً. فمثلاً الزوج الذي يتحدث عن عيوب زوجته الشكلية، وينتقد تصرفاتها ويعيب على سلوكياتها أمام أهله في حالة حدوث شجار بينهما لا يعدّ من باب الرجولة بل نقصاً في رجولته. كذلك الزوجة التي تتحدث لأهلها وصديقاتها عن عيوب زوجها ونواقصه إنما تعتبر زوجة غير صالحة.

إن العلاقة الزوجية رباط مقدس يقتضي أن يستر كلا الزوجين عيوب بعضهما، وكتم أسرارهما عن الناس ولا يتركا الغضب من بعضهما سبباً لإفشاء أسرارهما للناس. فالأفضل إذا وقع خلاف بين الزوجين عدم إذاعة المشكلة بين الناس والدخول في تفاصيل خاصة عن شريك الحياة والتعرض إلى عيوبه وفضحه لأن ذلك يعقد المشكلة، فعندما يشتكي شريك الحياة من شريكه فإنه حتماً سيظهر عيوبه وينتقد شخصه أمام الشخص المشتكى إليه والذي قد يكون قريباً، أو صديقاً أو أي فرد من الأهل وأحياناً يكون اللجوء إلى كل من هؤلاء الأفراد يقدم حلاً مختلفاً عن الآخر. فلا تدخلي في هذه المتاهة، بل اصبري واصمتي واحتوي المشكلة واستري على شريك حياتكِ، ولا تجعليه مضغة في الأفواه. ولا بأس باللجوء إلى استشاري أسري أمين يحفظ أسراركما، ويقدم لكما حلولاً شافية.







كيف تتصرف عند وقوع الطفل؟

إذا سقط طفلك عن السرير، فهناك أمور عدة عليكِ فعلها؛ لضمان عدم حصوله على أي مضاعفات أخرى كنزيف داخلي أو ارتجاج الدماغ:

◈ قم بفحص رأسه وجسمه جيدًا: للتأكد من عدم وجود كسور، لا تتجاهل ذلك إذا كانت سقطة بسيطة فعظام الأطفال أضعف وأكثر تعرضًا للإصابة من البالغين.

◈ واصل مراقبة طفلك خلال الـ ٢٤ ساعة القادمة: فإذا كان يتصرف بشكل طبيعي، فمن المحتمل أن سقوطه لم يسبب إصابة خطيرة.

◈ إذا أصيب طفلك بكدمات بسيطة في منطقة الرأس: يمكنك استخدام البيض ووضعه على الكدمة للمساعدة في الشفاء.

بإمكانك أيضا وضع قطعة من الجليد أو كيس من البازلاء المجمدة في منشفة نظيفة على مكان الإصابة لمدة دقيقتين إلى خمس دقائق.

◈ إذا بدا أن طفلك مصاب بجروح خطيرة في الرأس: وظهرت عليه علامات واضحة للنزيف أو فقدان الوعي، لا تحركه حتى لا تزيد من خطر إصابته. ضع منشفة نظيفة أو قطعة قماش مكان النزيف واضغط عليه برفق حتى تصل إلى أقرب مستشفى.

◈ إذا كان طفلك يتقيأ أو يحاول التقيؤ: قم بتحويله على جنبه، وارفع رقبته بشكل مستقيم، حتى تصل إلى المستشفى.

◈ في حال سقوط طفلك لا تعطه الأدوية: دون وصفة طبية خاصة الأسبرين فقد يؤدي ذلك إلى إصابته بمتلازمة راي.

◈ عليك استدعاء الطبيب بعد أي سقوط لطفلك من السرير: إذا كان عمره أقل من سنة.

◈ لا تمنع طفلك من النوم إذا كانت إصابته طفيفة: فذلك قد يساعده على الاسترخاء والاستراحة بعد الصدمة. ولكن حاول إيقاظه بين الفينة والأخرى للتأكد من استجابته بشكل طبيعي.

تنويـه: احرص دائماً على توفير حقيبة للإسعافات الأولية في منزلك، تحتوي على مطهر وشاش معقم والأدوات اللازمة، لتتمكن من إسعاف طفلك بشكل أولي في حالة إصابته.

متى تجب زيارة الطبيب؟

عليك زيارة الطبيب في حال لاحظت الأعراض التالية بعد مدة من حدوث الإصابة:

◈ انتفاخ الجزء الأمامي من الرأس.

◈ استمرار فرك الرأس.

◈ النعاس بشكل مفرط.

◈ نزول افرازات دموية أو صفراء من الأنف أو الأذنين.

◈ صرخة عالية عند السقوط.

◈ فقدان التوازن.

◈ حساسية للضوء أو الضوضاء.

◈ شعوره بالغضب والقلق دائماً.

◈ القيء المستمر.

◈ الشكوى من ألم في الرأس، أو الرقبة أو الظهر أو أي من أجزاء الجسم بشكل عام.

◈ عدم المشي بطريقة صحيحة أو التركيز والرؤية بشكل صحيح.

◈ إذا لاحظت وجود أعراض أخرى أو أن طفلك يتصرف على غير عاداته، فعليك أيضاً استشارة الطبيب.

المصدر: webteb.com



الجــرب

د. سعد البناء
وحدة الطبابة / العتبة الكاظمية المقدسة

مرض جلدي شديد العدوى سببه (عثّ) يسمى (القارمة الجربية) تستطيع العيش في جلد الإنسان أشهر عدة إذا لم تعالج.

والعث صغير جداً ولا يرى بالعين المجردة بل بالمجهر، ويتكاثر على سطح الجلد، ويصنع جحوراً، وتصنع الأنثى البيض المخصب في هذه الحجور.

فترة الحضانة

تحتاج العدوى (٢-٦) أسابيع قبل ظهور الأعراض إذا كانت الإصابة للمرة الأولى، أما إذا أصيب الشخص بالعدوى للمرة الثانية فتظهر الأعراض خلال يوم واحد.

الانتشار الوبائي

- ينتشر المرض في جميع أنحاء العالم، ويصيب جميع الاجناس والأعمار، وفي مختلف الظروف الجوية.
- ينتشر أكثر في المناطق المزدحمة، وفي الظروف المعيشية غير الصحية.

طرق العدوى

- ينتقل المرض بواسطة التماس المباشر الوثيق مع المصاب.
- استعمال أدوات المصاب مثل الملابس والمفروشات.

الأشخاص المعرضون أكثر للإصابة

- الأشخاص الذين يعيشون في أماكن مزدحمة.
- الأشخاص الذين يعيشون في دار المسنين.
- الأشخاص في السجون.
- الأطفال في دور الرعاية.

الأعراض

طفح جلدي يظهر في معظم أنحاء الجسم، أو في مناطق معينة من الجسم مثل:

- بين الأصابع.
- في طيات مفصل المرفق والركبة والرسغ.
- حول الخصر والسرة.
- على الصدر.
- على الأعضاء التناسلية للذكور.
- في الأطفال ينتشر الطفح على فروة الرأس وراحة اليدين وباطن القدمين.

العلاج

- المرض سهل العلاج باستخدام مراهم موضعية، كوضعه على الجسم كله من العنق إلى أسفل الجسم ليلاً، ويترك لمدة(٨-١٤) ساعة، ثم يغسل ويعاد استخدامه لمدة ثلاثة أيام.
- ينصح بمعالجة العائلات أو مجموعات الاتصال بأجمعها، كون المرض شديد العدوى.

الوقاية

- غسل جميع الملابس وأغطية الأسرة باستخدام الماء الساخن والصابون، ويتم غسل جميع الملابس والفراش المستخدم قبل ثلاثة أيام من بدء العلاج، ثم التجفيف في درجة حرارة عالية.
- وضع الأشياء التي لا يمكن غسلها في أكياس بلاستيكية محكمة الغلق في مكان بعيد عن تناول الايدي لمدة أسبوع؛ كون الطفيلي يموت بعد أسبوع بدون إصابة إنسان آخر.





أطعمة تقي من التجلطات

الثـــوم

يُساعد تناول الثوم بانتظام على منع تجلط الدم، كما إنّ له العديد مِن الفوائد الصحية، إذ يتميز الثوم بأنّه يعمل مضاداً حيوياً، ومضادّ تخثر، ويُقلل مِن تكوين جلطة الدم.

الكيوي

يُعدّ اتباع نظام غذائي غني بالفواكه والخضروات مُفيداً لصحة القلب والأوعية الدموية. وقد ظهر في إحدى الدراسات أنّ تناول من ٢-٣ حبات مِن الكيوي يومياً يُقلل مِن نشاط الصفيحات الدموية، وبالتالي يُقلل مِن خطر تكون جلطات الدم.

الخضار الورقية

يَنصح الأطباء المرضى الذين يستخدمون الوارفارين بتجنب تناول الخضراوات الورقية؛ وذلك لاحتوائها على نسبٍ عالية من فيتامين ك؛ الأمر الذي يؤدي إلى حدوث تداخل دوائي مع الوارفارين الذي يُعتبر مانعاً للتجلط. ولكن بدلاً من تناولها كل يوم، يُمكن إدخال الخضراوات الورقية في تحضير السلطة بين الحين والآخر.

زيت الزيتون

زيت الزيتون البكر يحتوي على الفينولات، التي يُمكن أنّ تمنع تجلط الدم. فالأشخاص الذين تناولوا زيت الزيتون البكر المحتوي على نسبةٍ عاليةٍ من الفينول قلّت لديهم المادة المسؤولة عن تكون الجلطات الدموية.

الأناناس

يحتوي الأناناس على إنزيم البروميلين الجيد لعلاج أمراض القلب، والأوعية الدموية، وارتفاع ضغط الدم. كما أظهرت الأبحاث أنّ البروميلين يُمكن أنّ يُرقق الدم، ويُدمر الجلطات الدموية، ويُقلل من تكوين الجلطة، كما يُعد أيضاً مضاداً للالتهابات.

الزنـجبيل

يُعدّ الزنجبيل مِن التوابل المضادة للالتهابات التي تمنع تخثر الدم. ويحتوي الزنجبيل على الحمض الطبيعي القوي الذي يمنع تخثر الدم. ومع ذلك ما زالت تأثيرات الزنجبيل على تخثر الدم غير واضحة تماماً، لذا فإنّ هناك حاجة للمزيد من الدراسات للتأكد من فعاليته.

الفلفل الحار

يُعدّ الفلفل الحار غني بمركبات (بالإنجليزية: salicylates) التي يمكن أنّ تُرقق الدم وتمنع تخثره. ويمكن للفلفل الحار أيضاً أنّ يُقلل ضغط الدم، ويزيد الدورة الدموية، ويقلل الشعور بالألم.

الأطعمة الغنية بالأحماض الدهنية الأوميغا٣

تحتوي الأحماض الدُهنية الأوميغا ٣ على خصائص تُرقق الدم؛ مِمّا يمنع السكتات الدماغية. ويوجد الأوميغا٣ في المصادر الحيوانية مثل الأسماك الدهنية ومنها سمك السلمون، وسمك الرنجة، والماكريل، وزيت السمك، بالإضافة لوجوده في المصادر النباتية مثل بذور الكتان، وعباد الشمس، وزيت الكانولا، وزيت الذرة، وزيت القرطم، وفول الصويا.

الأطعمة الغنية بفيتامين هـ

يُرقق فيتامين هـ الدم، مِمّا يُفيد القلب والأوعية الدموية. كما يُقلل تصنيع الكولسترول الداخلي، والإجهاد التأكسدي، وانخفاض ضغط الدم. ومن مصادره المكسرات مثل الجوز، واللوز، والبندق، والزيوت النباتية مثل زيت الكانولا، وزيت عباد الشمس، وزيت النخيل، وفي العدس، والحمص، والشوفان، والقمح.

المصدر: mawdoo3.com



أوراق ملوّنة

قصة لوحة



لوحة أكلوا البطاطا: هي لوحة زيتية رسمها الفنان الهولندي فينسنت فان جوخ في إبريل ١٨٨٥، تعتبر اللوحة واحدة من أهم لوحاته، إذ صرح فان جوخ بأنه يريد تصوير الفلاحين كما هم، فاختار عينة خشنة وقبيحة عن قصد، معتقداً بأنه بذلك سيحصل على لوحة أكثر طبيعة قائلاً: "كما ترون، فقد أردت وبشدة تخليد تلك اللحظة. لحظة هؤلاء الناس وهم يأكلون البطاطس على ضوء مصابيحهم الصغيرة بأيديهم الخشنة التي يزرعون الأرض بها، مطمئنين على أنهم حصلوا على طعامهم بأمانة. إن هذه اللوحة تخلد نمط عيش مختلف كلياً عن النمط الحضاري. لذلك فأنا لا أريد أي أحد أن يعجب باللوحة بدون أن يعرف لماذا قمت برسمها".

وكتب فان جوخ إلى أخته ويليمينا بعد عامين في باريس، بأنه يعتبر أن لوحة أكلوا البطاطا هي أنجح لوحة رسمها قائلاً: "عندما أتذكر أعمالي لا أجد لوحة قمت برسمها أنجح من لوحة أكلوا البطاطا التي قمت برسمها".

نوادر اللغة

طريفة

مدرس لغة عربية يوصي ابنه: مهما أحسست بالكسرة، أترك في قلبك فتحة ليدخل منها الأمل.لا ترض أن تكون مجروراً لأحد مهما كان قريباً منك، وكن دائماً مرفوع الرأس، ولا تثق بكل من ابتسم لك. انتبه لأدوات النصب، ولا تترك مستقبلك مبنياً للمجهول، ولا تتردد في التعبير عن مشاعرك، فالمشاعر بعد أوانها تصبح ممنوعة من الصرف.

موعظة

قال الإمام الجواد عليه السلام:

(لا تفسد الظن على صديق قد أصلحك اليقين له، ومن وعظ أخاه سرّاً فقد زانه ومن وعظه علانية فقد شانه).

بائعة الورد

خرجت تبيع لتأكل..
لا يوجد من يشتري..
غفت على كتابٍ بيدها،
شبعت فنامت.

بقلم: حيدر صباح

كلام بعطر الورد

على المرأة أن تتسلح بالوعي الكافي الذي يمكنها من مواجهة التحديات المعاصرة وسبل معالجتها وكيفية التصدي للغزو الثقافي الخطر.

إن أخطاء الآخرين إذا ما قوبلت بسعة صدر وتحمل كبير، كان ذلك بسبب في تخفيف وقعها في نفسكِ وبالتالي سهولة التعامل وتجاوزها.

قسمات الوجه وتفاصيل الجسد كلها صورة للظاهر فلا يُمدح الإنسان لحسنها أو يذم لقبحها، فاكتمال آية الجمال تكون بسلامة القلب وطهارة النفس وحسن الخلق.

إذا رأيت الناس يعجبون بكِ فاعلمي أنهم يعجبون بجميل ما أظهره الله تعالى منكِ ويغفلون عن قبيح ما ستره عليكِ، فاشكري الله على ما أظهر وستر.

رحلة النجاح تبدأ من الذات من داخلكِ أنتِ، فالتحول الخارجي يجب أن يسبقه تغيير المحتوى الداخلي ايجابياً.

تصغر العقول عندما تنشغل بالآخرين وتكبر حين تنشغل بنفسها، فكوني صاحبة عقلٍ كبيرٍ واتركي العقول الصغيرة لأصحابها.

يعمل الهدوء عمل عقار طارد للغضب، فهو البداية الصحيحة لاتخاذ القرار الحكيم والمعين على التفكير الجيد واستقراء الحلول المناسبة.

لا تجبري أولادك على فعل أمور لا يحبونها، بل أعطيهم خيارات متعددة حتى تشعريهم بالاحترام، وتعليمهم تحمل المسؤولية ومواجهة الحياة.



تشكر

مجلة زهور الجوادين

- في مفتتح سنتها الرابع عشرة -

لكم كريم العواطف ولطيف المشاعر

بمتابعتكم الميمونة لها وحسن ظنكم

بها، وتتمنى لكم تسديد الخطى في الآخرة

والأولى .. وإلى سنة جديدة ميمونة وموفورة

العافية بإذنه ومنّه تعالى